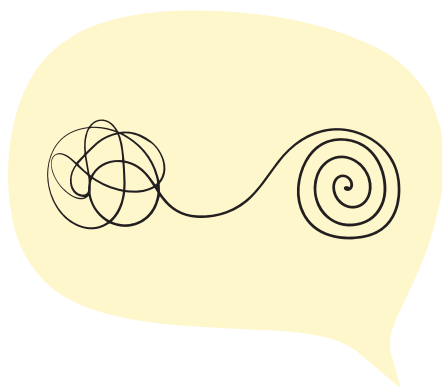


CARNET DE SUIVI DU BÉGAIEMENT

Reconnaître le bégaiement,
le comprendre,
et l'accompagner



SOMMAIRE

Présentation	3
Informations sur le bégaiement	4
Quelques idées reçues	5
Comprendre le bégaiement	6
Observer les réactions de chacun	7
Prise en soin thérapeutique.....	8
Métaphore de la toupie	9
Aider mon enfant qui bégai.....	10
Contexte du bégaiement.....	12
Ce qui influence le bégaiement.....	13
Fluctuation de la gêne.....	14
Perceptions du bégaiement.....	16
Objectifs	17
Métaphore de l'iceberg.....	18
Pour en savoir plus.....	19
Remerciements.....	21

Dans ce carnet, nous utilisons le mot **orthophoniste**.
Ce mot veut dire la même chose que **logopède** (en Belgique) et **logopédiste** (en Suisse). Nous avons choisi de garder un seul mot pour que la lecture soit plus simple et plus facile à comprendre, mais tous ces mots parlent du même métier.

Bonne lecture! ✨
Axelle, Juliette & Amy

Nom de l'enfant :

Prénom :

Né.e le :

 / /

Carnet délivré par :

Le :

 / /

PRÉSENTATION

Votre enfant commence à bégayer ? Vous recherchez des pistes pour l'accompagner et l'aider avec sa parole ?

Ce carnet de suivi a été élaboré afin de permettre une **première approche du bégaiement** et un accompagnement dans le parcours de prise en soin.

Si votre enfant présente des signes vous faisant penser au bégaiement, vous trouverez dans ce livret quelques informations générales sur le bégaiement et sa prise en soin.

Des conseils de première intention sont également proposés, vous donnant les **clés nécessaires pour pouvoir agir**.

Pour vous aider à bien **comprendre le fonctionnement du bégaiement** de votre enfant, ou pour préparer un éventuel rendez-vous chez l'orthophoniste, des pages à compléter sont présentes dans ce livret.

Ce carnet peut vous suivre dès le début du bégaiement, mais aussi dans la suite de la prise en soin. Il concentre les données concernant le parcours de votre enfant et permet de **faciliter la communication** avec l'orthophoniste ou les autres professionnels concernés.

Cependant, ce carnet ne remplace pas un avis professionnel et personnalisé, et ne peut être utilisé pour poser un diagnostic.



INFORMATIONS SUR LE BÉGAIEMENT



8 enfants sur 100

déclarent un bégaiement
pendant l'enfance



et parmi eux,
1 à 2 enfants
continueront à bégayer

Il apparaît généralement entre 20 mois et 4 ans.

Les garçons sont trois à quatre fois plus touchés que les filles.

L'apparition peut se faire de manière brutale ou progressive mais n'influence en aucun cas le pronostic de récupération.

Entre 6 et 7 enfants sur 8 récupèrent une parole fluide

Il est impossible de déterminer si l'enfant conservera son bégaiement ou non. C'est pourquoi il est important de consulter un·e orthophoniste qui apportera des réponses et des conseils adaptés.

COMMENT LE RECONNAÎTRE ?

	Chez l'enfant qui ne bégaye pas	Chez l'enfant qui bégaye
Répétitions	Moins de 10 pour 100 mots Diminuent après 3 ans Souvent 1 seule syllabe répétée	Fréquentes, parfois de mots entiers "je-je-je pars jouer"
Allongements	Rares	Parfois "jjjjje pars jouer"
Blocages	Rares	Possibles "je /p/ars jouer"
Interjections	Rarement plus d'une	Fréquentes "je pars heu... heu... jouer"
Signes d'effort ou de tension	Absents	Fréquents

QUELQUES IDÉES REÇUES

Elle bégaye parce qu'elle pense plus vite qu'elle ne parle, ça se bouscule au portillon

Ce décalage n'est pas propre aux personnes qui bégayaient, il existe chez tout le monde

Si je parle du bégaiement avec mon enfant, cela risque d'empirer les choses

Bien au contraire, faire du bégaiement un sujet ouvert permet d'éviter le développement de la honte et du tabou

Ça va passer tout seul dans quelques mois, mieux vaut attendre

Un suivi orthophonique précoce permet de maximiser le confort de parole de votre enfant

Le bégaiement, c'est à cause du stress. C'est psychologique.

Il bégaye depuis que son cousin a commencé à bégayer, il doit certainement l'imiter

Le bégaiement ne peut pas s'apprendre par imitation

Les origines du bégaiement sont multiples et encore peu connues. La recherche confirme des pistes génétiques et neurologiques



Il est légitime de se sentir démunis lorsque notre enfant bégaye. Quelques conseils pour l'accompagner sont proposés en p.10-11 de ce carnet.

COMPRENDRE LE BÉGAIEMENT DE VOTRE ENFANT

Au niveau de la parole :

- ☐ Répétitions de sons en : ☐ début
- ☐ Allongements ☐ milieu
- ☐ Blocages ☐ fin de phrases
- ☐ Pausas ou inspirations en milieu de mots
- ☐ Débit de parole rapide



*Vous pouvez cocher
les éléments repérés
chez votre enfant
et ajouter vos
propres observations*



Au niveau du comportement :

- ☐ S'exprime avec plaisir
- ☐ Partage ce qu'il.elle a envie de dire
- ☐ Lors du bégaiement :
 - ☐ Pas de réaction particulière
 - ☐ Signes de colère
 - ☐ Signes de tristesse
 - ☐ Signes de frustration
 - ☐ Signes de gêne
 - ☐ Signes de honte
- ☐ Exprime ses sentiments

Au niveau du corps :

- ☐ Tension lors de la parole
- ☐ Clignement des yeux
- ☐ Froncement de sourcils
- ☐ Mouvements des lèvres
- ☐ Mouvements de tête
- ☐ Passage en force



OBSERVER LES RÉACTIONS DE CHACUN

Au niveau des signes de conscience du bégaiement :

- ☐ Mon enfant sent que quelque chose se passe dans sa bouche
- ☐ Réagit pendant un moment de bégaiement
- ☐ Se frustre lors du moment de bégaiement
- ☐ Force pour sortir le mot
- ☐ S'empêche de parler
- ☐ Verbalise ses difficultés



Au niveau des réactions des parents :

- ☐ Je me mets à sa hauteur
- ☐ J'adapte mes questions à sa parole
- ☐ J'utilise un langage adapté à l'enfant
- ☐ Je reformule ses phrases
- ☐ Je capte son regard
- ☐ Je marque des pauses
- ☐ Je parle lentement et posément
- ☐ Je lui parle du bégaiement

Certains enfants n'ont pas conscience de leur trouble et ne manifestent aucun.e gêne ou évitement,



Au niveau des évitements :

- ☐ Fuit du regard
- ☐ Change de mot
- ☐ Évite certaines situations de parole
- ☐ Ajoute "ben, euh..." en début de phrase
- ☐ Abandonne la phrase
- ☐ Parle moins
- ☐ Mutisme sélectif

Autres observations :

PRISE EN SOIN THÉRAPEUTIQUE

1

Consultation chez le médecin

Vous avez des **doutes** ou **inquiétudes** au sujet de votre enfant ? Prenez rendez-vous sans attendre chez votre médecin. Celui-ci vous orientera vers un.e orthophoniste* pour un bilan.

La prise en soin est un travail d'équipe entre l'orthophoniste, l'enfant et ses parents.

* Autres appellations des orthophonistes :
- logopèdes en Belgique
- logopédistes en Suisse

2

Premier rendez-vous chez l'orthophoniste

Il permet de dresser un état des lieux du bégaiement. Quand c'est possible, la présence des **deux parents** est recommandée pour cette première rencontre dédiée au **bilan**.

3

Suite de la prise en soin

Votre orthophoniste pourra vous proposer plusieurs séances, et vous donnera des **conseils adaptés** à appliquer à la maison. Vous déciderez ensemble des objectifs thérapeutiques adaptés à votre enfant.

Il arrive que malgré les adaptations et conseils mis en place, le bégaiement persiste. Votre orthophoniste pourra alors vous proposer un **programme spécifique** adapté aux besoins de votre enfant (Mini-Kids, PCI, DCM, TREB, Lidcombe...)

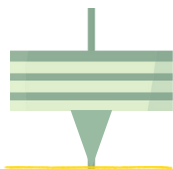
CONSEIL

Pensez à apporter ce carnet dès le premier rendez-vous : il vous aidera à répondre aux questions de l'orthophoniste et à établir des premières pistes pour aider votre enfant !



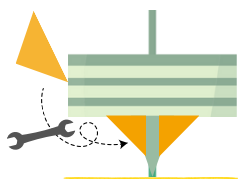
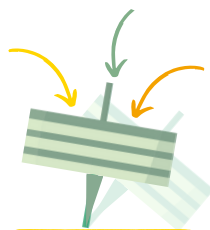
MÉTAPHORE DE LA TOUPIE

pour comprendre la parole



Le système moteur de la parole (c'est-à-dire les zones du cerveau nécessaires à parler), peut être représenté par une toupie. Dans l'enfance, la parole se développe, et la toupie apprend à trouver son équilibre : sa base se **stabilise** progressivement.

La parole est soumise à des **variations** qui la font vaciller et créent des **disfluences**. Dans le bégaiement, la toupie a une prédisposition : sa base est moins stable, les variations ont un impact plus fort et l'équilibre est plus fragile.



La prise en soin orthophonique va permettre (entre autres !) à ce système de parole de se **renforcer** pour améliorer sa stabilité, tout en accompagnant les familles pour **comprendre et réduire** les **facteurs extérieurs** qui lui font perdre son équilibre.



*Il existe autant de bégaiements que de personnes qui bégaiant...et
autant de systèmes de parole que de personnes qui parlent !*

AIDER MON ENFANT QUI BÉGAIE



Capter son regard

se mettre à sa hauteur

toucher doucement
son menton/épaule



Ajuster les questions

oui/non

questions fermées

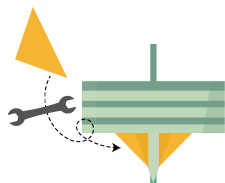
aujourd'hui tu
as fait...

choix multiples

vanille
ou
fraise ?

donner le début de phrase

éviter les questions qui amènent une réponse longue et complexe



Augmenter le confort de la communication



Adapter notre message

parler lentement

reformuler son message
avec nos propres mots

sourire, acquiescer, rebondir

marquer des pauses



Valoriser ses réussites

multiplier les compliments

dans les opportunités
du quotidien

se concentrer sur le fond plutôt que la forme du message



Jouer avec le bégaiement

partager des moments
de jeu autour
de la parole

et avec les tours de parole

pour favoriser le plaisir de parler

sur sa difficulté de parole
et sur les émotions en général

nommer le bégaiement

en parler = normaliser
et apaiser

demandeur ce qui l'aide

prolonger le son qui bute
lors des longs blocages

proposer le mot qui accroche
uniquement si l'enfant est d'accord
sur un ton interrogatif

Mettre des mots

Ce mot a sauté
comme une grenouille,
c'est du bégaiement



Sortir de la lutte

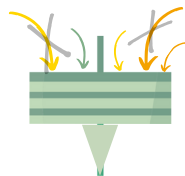


"C'est
trop dur"

"Je veux
pas dire"

repérer les signes d'évitement

Limiter ce qui impacte la parole



favoriser un
rythme régulier

s'assurer que l'enfant
respire par le nez

Stabiliser le sommeil



préparer les transitions (départs,
vacances, changements)

de se couper la parole

toute forme de moquerie

d'insister sur le bégaiement

d'enchaîner les questions

de demander de répéter

On évite

les hautes exigences

de dire "ralentis, réfléchis à ta
phrase avant de parler, articule"

les longs échanges quand le
parent est occupé

CONTEXTE DU BÉGAIEMENT

Le bégaiement n'est pas toujours pareil, il peut changer selon les endroits, les personnes ou les activités. Pour mieux comprendre ces changements, cochez les cases :

	Ne bégaié pas	Bégaié un peu	Bégaié beaucoup	Commentaire(s)
A la maison				
A l'école				
Avec ses ami.e.s				
Avec des inconnu.e.s				
Avec une seule personne				
Dans un groupe				

Comment le bégaiement varie-t-il selon l'humeur de votre enfant ?

Cochez la case correspondant à la situation :

☐ Ne bégaié pas
 ☐ Bégaié un peu
 ☐ Bégaié beaucoup



☐
☐
☐



☐
☐
☐



☐
☐
☐



☐
☐
☐



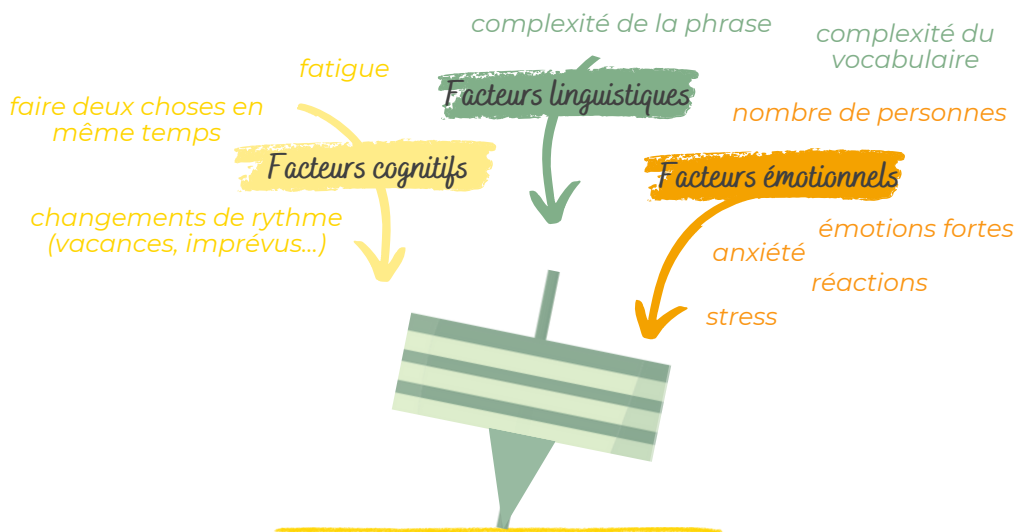
☐
☐
☐



☐
☐
☐

CE QUI INFLUENCE LE BÉGAIEMENT

Chaque bégaiement est différent, chaque personne est différente. Le bégaiement change souvent, et l'observer peut permettre de mieux comprendre ce qui le fait varier. Parfois, il n'y a pas d'explication claire.



Ce qui favorise son bégaiement :



Ce qui diminue son bégaiement :



FLUCTUATION DE LA GÊNE

Certains enfants ne sont pas gênés du tout par leur parole, d'autres un peu plus, et cette gêne peut varier selon les périodes.

Le niveau de gêne n'est pas nécessairement lié au niveau de bégaiement: un bégaiement léger peut générer beaucoup de gêne chez certaines personnes, et un bégaiement important peut ne pas gêner du tout.

Qu'est-ce qu'une échelle de gêne ?

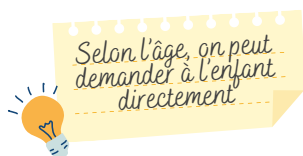
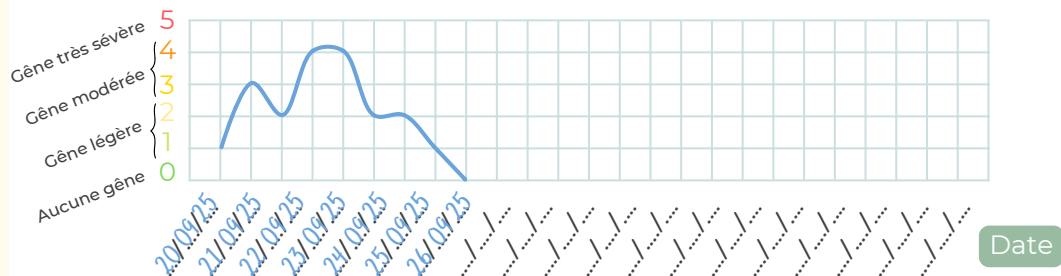
Une échelle de gêne consiste à quantifier la gêne ressentie par l'enfant.



Comment l'utiliser ?

Plusieurs grilles sont à votre disposition. Vous pouvez également en télécharger au format pdf en scannant le QR code en bas de page.

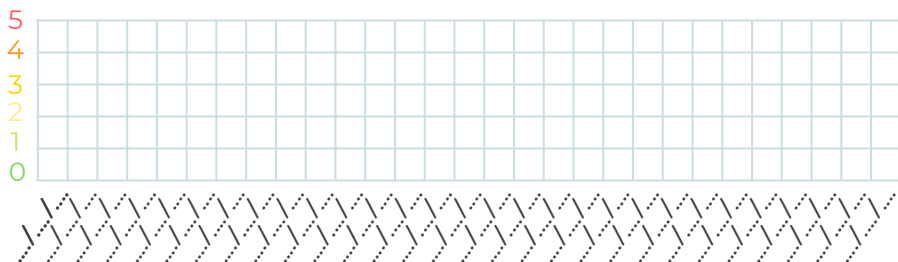
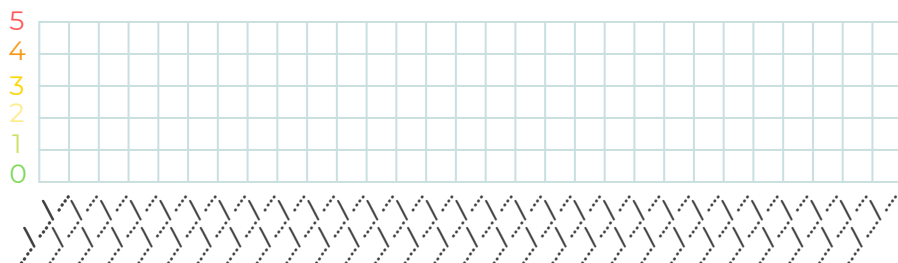
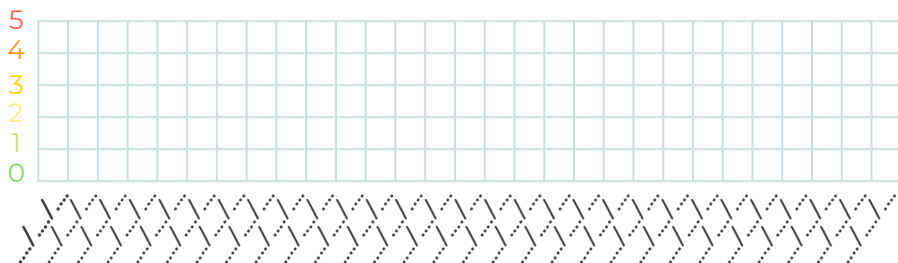
Voici un exemple d'échelle de gêne complétée :



Pour imprimer d'autres pages, scannez-moi



ÉCHELLES DE FLUCTUATION



PERCEPTIONS DU BÉGAIEMENT

Chacun peut avoir une vision différente du bégaiement. Questionnez votre enfant et les personnes qui le connaissent pour recueillir leurs impressions.

Ce que **l'enfant** pense :

Ce que les **parents** pensent :



La perception peut changer d'un parent à l'autre. N'hésitez pas à noter chaque avis

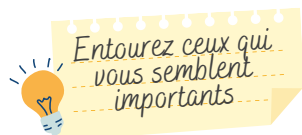
Ce que **l'école / la crèche** pense :

Ce que les **autres** pensent (famille, amis...):



OBJECTIFS

Parmi les objectifs suivants, quels sont ceux que vous souhaiteriez travailler en orthophonie pour accompagner le confort de parole de votre enfant ?



Savoir que faire quand il/elle bégaye

Comprendre ce qui augmente le confort

Comprendre les évitements

Savoir quoi observer

Savoir comment réagir

Identifier mes émotions vis-à-vis du bégaiement

Comprendre le bégaiement (en général)

Reconnaître les types de disfluences

Comprendre le bégaiement de mon enfant (en particulier)

Connaître les signes d'évolution

Trouver les bons mots pour en parler

Adapter notre façon de communiquer

L'aider à se sentir en confiance pour parler

Augmenter le confort de la communication

Diminuer la lutte

Prévenir l'installation d'évitements

Jouer avec la parole et le bégaiement

Favoriser son plaisir de parler

Limiter ce qui impacte la parole

Se désensibiliser au bégaiement

Échanger avec l'école/la crèche

Développer la spontanéité

Construire la confiance en soi

Stimuler son langage, à son rythme

Apprendre à se faire des copains

Anticiper les moqueries

Favoriser les temps de parole en famille

Renforcer son langage

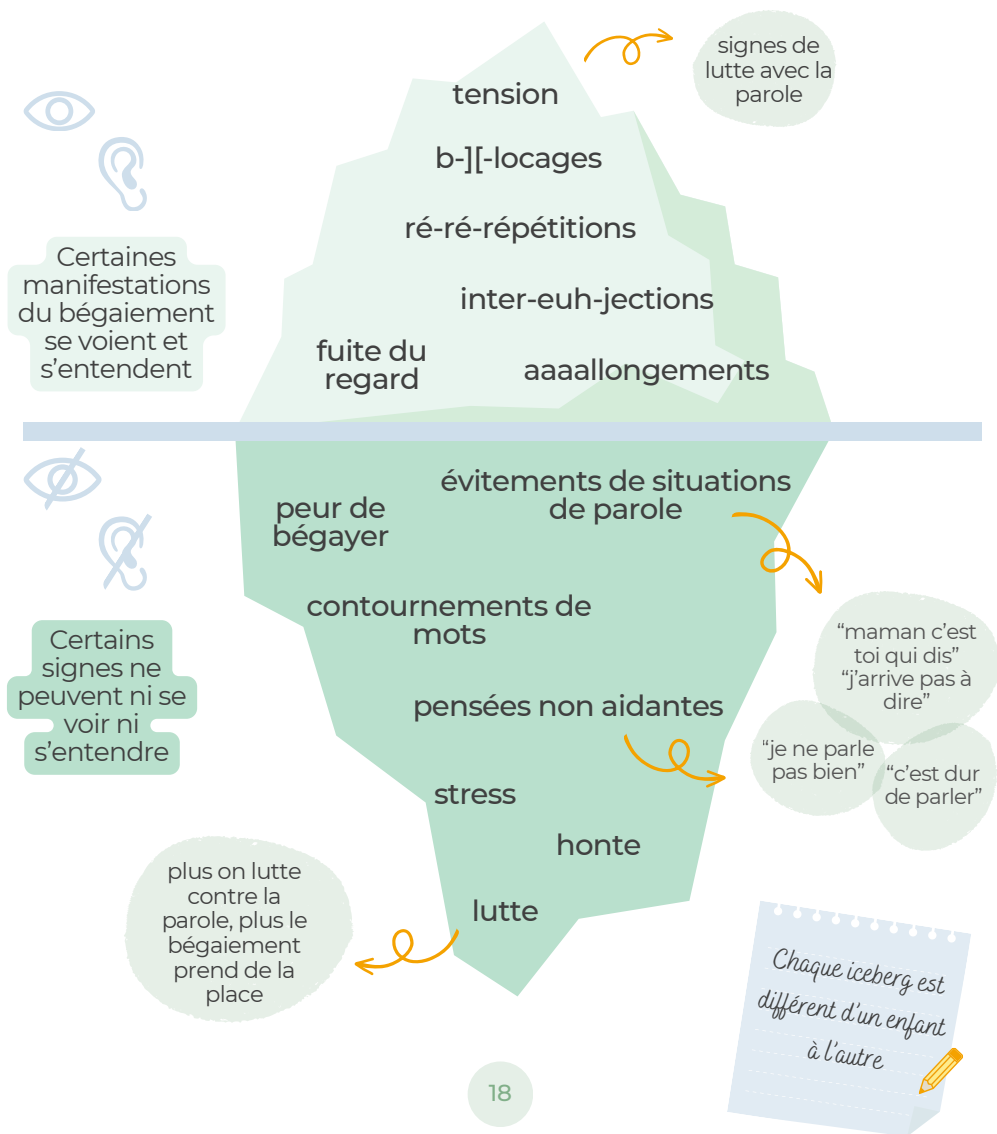
Complétez avec les autres objectifs que vous souhaitez

MÉTAPHORE DE L'ICEBERG

pour comprendre le bégaiement

En grandissant, le bégaiement peut être représenté sous forme d'un iceberg : une partie des signes est visible, et l'autre est cachée.

Certains enfants vont développer des évitements, une peur de bégayer... Un des objectifs de la prise en soin est d'éviter que cette partie immergée de l'iceberg ne se développe.



POUR EN SAVOIR PLUS

Sites internet



<https://www.begaielement.org/>



<https://www.allo-ortho.com/comment-aider-mon-enfant-qui-commence-a-begayer-ou-qui-bredouille/>



<https://cnfs.ca/pathologies/begaielement>



<https://www.infos-begaielement.com/>

Albums & Livres



Pour les parents :

"Bégayons sous la pluie" de Philomène Tanguy, 2024

Pour les enfants :

"Je parle comme une rivière" de Jordan Scott, 2021

"La rentrée de Bbberty" de Charlotte D'hiver, 2023

"Les jolies bosses : pour les enfants qui bégayaient et leurs parents" de Sarah Hervé, 2023

Pour les orthophonistes :

"Bégaielement, bredouillement de l'enfant", de Véronique Aumont-Boucand et Marine Pendelieu, 2022

"Programme PCI contre le bégaiement : Programme complet d'accompagnement de l'enfant et de la famille"
traduit par Clément Aunis-Oumghar et Florian Samson, 2022

POUR EN SAVOIR PLUS

Ressources



Instagram: @begaielement.et.orthophonie
@sarah.ortho
@csbb.orthophonie

Associations & groupes de parents



Association Parole Bégaiement

- En France : contact@begaielement.org
- En Belgique : APB Belgique
- En Suisse : APB Suisse
- Au Canada : ABC Association bégaiement communication

Sur les réseaux :

- @associationparolebegaielement
- @apbbelgique
- @abcbegaielement
- @ajbq_begaielement
- @eloquence.de.la.difference

Bibliographie



- "Adaptation et mise à l'épreuve d'une échelle de la gêne engendrée par le bégaiement chez l'enfant d'âge scolaire", Camille Letron, 2025
- "Conception et évaluation d'un carnet de suivi du bégaiement pour le jeune enfant", Axelle Chamare et Juliette Drouet, 2024

Pour retrouver la bibliographie complète, scannez ce QR code



Un grand merci

À tou.te.s les orthophonistes, médecins, enseignant.e.s et autres professionnel.le.s, ainsi qu'aux parents ayant participé à cette étude et répondu au questionnaire. C'est grâce à leurs retours constructifs que cette seconde version du carnet a pu être élaborée.

À l'Association Parole Bégaiement et à l'équipe de Bégaiement Bredouillement Formation qui ont permis la diffusion du carnet à grande échelle.

À Camille Letron qui a accepté de partager le fruit de son travail et nous a permis d'adapter et d'utiliser l'échelle de gêne du bégaiement.

À notre amie Alexia Leluan pour sa participation déterminante dans la naissance de la toute première version de ce carnet.

À toutes les personnes ayant pris le temps de relire cette dernière version et de permettre les dernières modifications.

À nos familles, qui ont supporté nos réunions tard le soir et pendant les vacances, et qui nous ont soutenus pour vous offrir cette dernière version du carnet (qui on l'espère vous plaira !)

Et enfin, à vous qui tenez ce carnet entre les mains, et qui avez pris le temps de le feuilleter jusqu'à cette dernière page. Nous espérons qu'il aura su vous apporter des réponses.



NOTES



A series of horizontal dashed lines for writing notes.

NOTES



A series of horizontal dashed lines for writing notes.

Axelle Chamare, Juliette Drouet &
Amy Jouberton, orthophonistes — 2025

