

Témoignage d'une ancienne mutique sélective

Ce qui a volé ma scolarité

J'ai été mutique du début de ma scolarité jusqu'au lycée où les choses ont commencé à doucement se délier. J'en suis vraiment sortie, naturellement et avec soulagement après mes 18 ans. J'ai 23 ans aujourd'hui et je découvre que cela porte un nom, et que je n'étais pas seule. Parce que je me sentais tellement anormale, que s'en était en soit une réelle souffrance.

Sans avoir particulièrement de facilités, je n'ai pas eu de grosses difficultés durant la majorité de ma scolarité. Je progressais normalement même si les instituteurs me qualifiaient de « trop sage » et toujours, toujours, on me reprochait une « participation » inexistante. C'était ainsi. Je ne parlais pas. Je pouvais parler, mais cela m'était impossible. C'est difficile à expliquer, et encore plus lorsqu'on vous demande de le verbaliser alors que vous n'êtes qu'un enfant. Il était impensable que je lève la main, même si parfois j'avais la réponse. Mais il me semblait que la parole sortant de ma bouche importait peu. Alors je refusais même de répondre lorsqu'on m'interrogeait. J'étais même incapable de dire simplement « je ne sais pas » lorsque j'aurais voulu que l'on passe à autre chose et que l'attention ne soit plus sur moi. C'était des instants chargés d'une tension et d'une anxiété considérable. Je ne sais pas si cela a un lien, mais durant tout ce temps, j'étais aussi très mal à l'aise en sport, mon corps était maladroit, comme paralysé à l'image de ma voix.

En revanche, à la maison, j'étais une toute autre personne. Petite fille pleine de vie, débordante d'énergie et de créativité, mes parents me reprochaient parfois même de faire trop de bruit. C'était comme s'il y avait deux moi. Et il me semblait que mon mutisme cachait mon vrai moi.

On posait des mots sur moi. J'étais « timide ». C'est comme si ma personne toute entière était recouverte par ce mot. Je crois que pendant toute cette longue période, je vivais une forme de phobie sociale. La moindre interaction avec l'autre, était une épreuve au quotidien. Il est également certain que je souffrais d'un grand manque de confiance en moi.

Par ailleurs, j'étais extrêmement susceptible sans jamais le montrer. À fleur de peau et hypersensible, mais impassible en surface. J'encaissais dans mon habituel silence les moqueries de mes camarades et les humiliations de mes professeurs. Professeurs qui étaient déconcertés devant mon attitude, ce qui se comprend.

J'évite d'y repenser car c'est douloureux, mais lorsque je me plonge dans ces souvenirs, ma scolarité en particulier a été une suite de sentiments de honte et d'anxiété. C'était l'enfer. Seulement, jusqu'à il y a peu, je me disais que tout était de ma faute, que j'étais simplement bizarre et que je ne pouvais m'en prendre qu'à moi.

À partir de 17 ans, j'ai développé ce que j'appellerais des symptômes névrotiques. Ça a commencé par une dépression, puis des troubles du comportement alimentaire assez graves dont je suis sortie, et je suis maintenant poursuivie par différentes sortes d'angoisses.

Il est important que les parents qui me lisent ne s'inquiètent pas outre mesure, car je décris ici mon cas, et rien n'indique qu'il y ait nécessairement une corrélation entre cette évolution et mon mutisme dans l'enfance. Peut-être y a-t-il un lien dans mon cas, mais chaque enfant est différent, et j'ai pu lire ici des témoignages indiquant que ce trouble témoignait simplement d'une grande sensibilité qui peut s'avérer être une jolie qualité.

En tout cas, toujours en ce qui me concerne, j'ai de moi-même entrepris un suivi par des psychologues psychanalystes à ce moment là de mon adolescence. Je ne saurais pas dire si la psychanalyse est indiquée pour des jeunes enfants atteints de ce trouble. Mais il me semble que la médiation au travers du jeu et du dessin soient employés, pour avoir accès à une autre forme de parole.

Le début de mon suivi a été très compliqué. Car parler m'était très difficile. Les mots s'entrechoquaient entre de longs silences et j'étais toujours très stressée. Mes troubles on évolués, mes réflexions ont fait leur chemin, j'ai fait des rencontres, et peu à peu, j'ai découvert le pouvoir incroyable que j'avais entre mes lèvres. J'ai soudain pris un grand plaisir à parler. Je serais bien incapable de dire si l'analyse a eu un rôle dans cette évolution, mais je peux affirmer qu'elle m'a été d'une grande aide de manière générale et que c'est en particulier au sein de ces séances que ma parole prenait tout son sens. Je n'ai désormais plus de gros problèmes d'inhibition, et je parle.