



Libera Università Popolare per gli Studi e le Ricerche sul Counseling

**Scuola Transteorica di Counseling Relazionale
PREVENIRE E' POSSIBILE**

**TESI DI DIPLOMA IN
COUNSELING RELAZIONALE**

**La Balbuzie un iceberg di emozioni
Un approccio relazionale**

Relatore:

Dott. Lorenzo Barbagli

Candidata:

Simona Barbaro

Crotone, 28 Giugno 2015

INDICE

Introduzione	Pag. 3
Capitolo 1 - La Balbuzie. E' il corpo che balbetta	Pag. 7
1.1 Le stagioni della balbuzie	Pag. 9
1.2 Forme della Balbuzie	Pag. 9
1.3 La balbuzie è variabile	Pag. 11
1.4 L'origine multifattoriale della balbuzie	Pag. 12
Capitolo 2 - La balbuzie in età infantile	Pag. 13
2.1 Balbuzie che fare: spunti per l'insegnante	Pag. 15
Capitolo 3 - Potenza e fragilità delle balbuzie	Pag. 17
3.1 L'approccio Cognitivo- comportamentale alle balbuzie	Pag. 19
3.2 Ci sono vantaggi nel balbettare?	Pag. 23
Capitolo 4 - Il blocco emozionale - Parole in trappola	Pag. 25
4.1 Favorire l'attenuazione di emozioni negative e l'adozione di comportamenti comunicativi e verbali più adeguati	Pag. 30
4.2 La balbuzie. Un iceberg misterioso Dalle emozioni alle tipologie di personalità Prepos	Pag. 33
4.3 La balbuzie e il "vortice emozionale"	Pag. 41
Capitolo 5 - Balbuzie....il mantello dell'invisibilità	Pag. 50
5.1 Sostegno e gratificazione mettono Ko la balbuzie	Pag. 51
5.2 Dinamiche relazionali - Affinità ed opposizioni relazionali	Pag. 54
Capitolo 6 - Counseling e balbuzie	Pag. 59
6.1 Obiettivi e risultati da raggiungere	Pag. 62
6.2 L'artigiano dell'educazione per affrontare la balbuzie	Pag. 63
6.3 Importanza di una terapia di gruppo	Pag. 67
Capitolo 7 - Counseling e controllo dei fattori ambientali	Pag. 68
Capitolo 8 - Balbuzie d'autore <i>I personaggi storici con balbuzie</i>	Pag. 73
8.1 In che modo i personaggi famosi hanno vissuto con la balbuzie	Pag. 79
8.2 La Balbuzie: curiosità e miti da sfatare	Pag. 84
8.3 Atteggiamenti positivi per prevenire al balbuzie. Consigli per papà e mamma.....	Pag. 87
8.4 BarzellettePer riderci un po' su....	Pag. 90
Bibliografia	Pag. 91
Sitografia	Pag. 92

Introduzione

La parola non sorregge più quel pesante carico di tensione emotiva che prima portava con sé.

Siamo tutti balbuzienti. Non esiste una forma perfetta di eloquio. Il parlato è il gioco degli errori. Il linguaggio è ritmo, interazione, intonazione, pausa, modello affettivo, concetto di tempo che, come tale è dinamico, e vive nella relazione, è un fatto organico, motorio, muscolare: *il linguaggio è vita.*

La lingua che incespica, si punta, non riesce a proseguire. Il respiro si fa affannoso e troppo rapido per permettere alla voce di uscire libera e fluida. E allora le sillabe si ripetono, i suoni si allungano, le parole si troncano. E' la balbuzie, uno dei più complessi disturbi del linguaggio.

Puntando dunque il riflettore sulle balbuzie, che è dolore relazionale, possiamo portare alla luce alcuni aspetti personali ed interpersonali che caratterizzano la comunicazione, non solo di chi balbetta ma di tutti.

Pensare che siamo in buona compagnia, forse, può essere una magra consolazione ma, una volta svelata l'identità di alcuni illustri balbuzienti, certamente ci fa sentire meglio e ci aiuterà a comprendere quante potenzialità nascoste abbiamo. Winston Churchill, Demostene, Alessandro Manzoni, Platone, Mosè, Aristotele, Albert Einstein, Marilyn Monroe, solo per citarne alcuni, sono nostri compagni di avventura che hanno sofferto e affrontato il disagio della balbuzie più o meno come noi.

Se tutte le nostre azioni hanno un senso, anche se non sono di immediata percezione, se ogni cosa la facciamo a tempo debito ecco che, dopo oltre 25 anni di silenzi, evitamenti e frustrazioni, anche grazie al percorso di counseling intrapreso con Prepos, prendo la vita nelle mie mani e decido di affrontare questo ostacolo.

In questi mesi ho voltato e rivoltato la balbuzie, l'ho osservata, da sotto, da sopra, dal di fuori, l'ho voluta sentire e oggi l'ho letteralmente "svelata" (come si può fare con una statua) togliendole quel mantello dell'invisibilità che la rende un continuo pretesto. La balbuzie è subbuglio, un ribollire di emozioni, mal vissute e sopravvalutate, che di fronte all'accentuata sensibilità della persona, creano ripercussioni a livello psicosomatico, verbale e relazionale.

Se non è facile spiegare come ci si sente quando la voce non vuol uscire, è invece molto bello, appagante ed emozionante raccontare cosa succede quando si supera tutto ciò.

Ci si toglie di dosso quell'etichetta di "non essere all'altezza", quella maschera dietro la quale ci si nasconde e che noi stessi ci affibbiamo. Un velo sottile che ci impedisce di sentirci liberi di esprimerci come desidereremmo. Siamo bloccati in partenza, spaventati dalla paura di parlare che diviene paura della prestazione.

Ho capito che la parola è solo una parola... è solo voce che esce. La parola non sorregge più quel pesante carico di tensione emotiva che prima portava con sé.

La tensione di scioglie e cominci finalmente ad ascoltare il suono morbido e fluente della tua voce. Scopri che essa ha un suono dolcissimo, armonioso, quasi non ti sembra la tua perché non l'hai mai sentita, non l'hai mai conosciuta.

Ritorna il desiderio di comunicare, di lasciarsi alle spalle anni di ansie, silenzi, rinunce e insieme la voglia di recuperare il tempo perduto. Far sentire e vedere agli altri quanto realmente valgo e quanto sono orgogliosa me stessa.

Perché ho superato uno degli ostacoli più difficili della vita che va oltre il semplice timore di cantare perché siamo stonati, va oltre il dubbio di comperare un regalo che non piace oppure di sbagliare strada e perdersi. La Balbuzie è la più grande paura, un blocco interiore che con il tempo ci siamo costruiti.

Nasce così questo lavoro, frutto di studio ed analisi su quanto è stato detto e fatto sino ad ora per eliminare questo disturbo, partendo dal presupposto che, ad oggi, non si conosce ancora l'origine del problema, né esiste un modo univoco per affrontarla, né sussiste una garanzia di effettivo superamento del disturbo. L'impegno e la volontà del soggetto sono di sicuro grandi alleati nel superamento della balbuzie in quanto rende possibile una fattiva risposta al trattamento specialistico

Ho cercato così di fornire, per quanto possibile, un'esauriente visione del problema e prospettando un approccio "relazionale" alla sua eliminazione, alla luce del counseling relazionale secondo il modello PREPOS.

Counseling relazionale e balbuzie

L'attuale epoca storica, che da una parte offre un ampio panorama di possibilità e dall'altra relativizza tutto, privandoci di certezze, sta mettendo a dura prova l'uomo e la sua tenuta psicofisica. Non è un caso che le relazioni degli individui con se stessi, con gli altri e con l'ambiente circostante, attraversino una profonda crisi e necessitano, dunque, di essere nuovamente riconosciute, curate, sviluppate e valorizzate. E' opportuno, pertanto, considerare prospettive d'intervento ampie e innovative che, riportando la persona al centro, da una parte siano in grado di comprendere ed inquadrare correttamente la complessità dell'essere umano, rispondendo alle numerose sfide della nostra era, e dall'altra mantengano piena consapevolezza delle dinamiche socio-relazionali, entro le quali ciascuno di noi si muove nella vita di tutti i giorni.

Se fino a questo momento tutti gli studi hanno analizzato il disturbo sotto un aspetto puramente psicologico, genetico, logopedico-fonatorio, in questa tesi ho inteso guardare alla balbuzie in una nuova prospettiva, quella relazionale che è propria del counselor. Il disturbo infatti non si manifesta come una caratteristica presente, bensì come un deficit, cioè una caratteristica assente².

² L. Barbagli, *Pedagogia Relazionale - Umanità, Relazionalità, Persona nel modello Prepos-* La Bancarella Editrice (2014) p.103

Potremmo definirla come una “non” presenza. Nella balbuzie osserviamo un problema nelle relazioni, notiamo una serie di mancanze, di carenze, di fragilità che possono essere colmati con spostamenti relazionali adeguati.

L’etimologia della parola “counseling” non indica un’asettica consulenza, bensì il prendersi cura di qualcuno che non rimane in un atteggiamento passivo, ma con cui si considerano varie opzioni risolutive, ipotizzando un possibile percorso da fare insieme. Il counselor, infatti, distinguendosi nettamente da uno psicologo o da uno psicoterapeuta, non interviene su disfunzioni strutturali della persona, bensì ne facilita l’orientamento, aiutando il soggetto ad uscire da situazioni di smarrimento, incongruenza, ansia e dunque sofferenza, affinché possa trovare in se stesso, attivando le sue potenzialità, soluzioni concrete ai propri temporanei disagi. Ecco che, in questa delicata e preziosa operazione, la figura del counselor, che sostiene ed accompagna lasciando piena libertà di scelta e di azione, deve necessariamente possedere evidenti qualità umane e non soltanto una competenza di tipo tecnico. Il counselor è lo strumento umano per favorire l’umanità del cliente.

Il counseling relazionale viene definita una relazione di aiuto che muovendosi dall’analisi dei clienti, si propone di costruire una nuova visione dei problemi posti e di attuare un piano d’azione per realizzare le finalità desiderate dal cliente (prendere decisioni, migliorare relazioni, sviluppare consapevolezza, gestire emozioni e sentimenti, superare conflitti. Il counselor relazionale, dunque, è il professionista che mediante ascolto, sostegno ed orientamento, migliora le relazioni intrapersonali (di ogni persona con se stessa) e interpersonali (le relazioni nella coppia, familiari, nei gruppi, nelle formazioni sociali nelle istituzioni).

Tutto ciò richiama il concetto di “artigianato educativo” che caratterizza l’operato di Prepos e dei suoi counselor, ponendo in primo piano sensibilità, intuizione e, per citare il prof. Masini, “Quel sapere semplice ed efficace su cui si fonda l’educazione di sempre: arcaica e postmoderna”, cioè l’andare a scoprire le emozioni che all’interno di ognuno di noi transitano ed a volte permangono stabilmente nel nostro relazionarsi con noi stessi, con gli altri e con il mondo, per consentire il riconoscimento del disagio anche prima del suo manifestarsi.

Il lavoro del counselor è teso ad aiutare chi ha bisogno di sviluppare quelle dimensioni dell’umano ancora ignote, o critiche a lui stesso, senza entrare in una sfera psicologica ma stabilendo un rapporto di aiuto interpersonale, il più paritario possibile, con un atteggiamento affettivo verso l’altro, tendente all’ampliamento della coscienza del cliente.

La professione di counselor relazionale, pone al centro della sua deontologia l’individuazione delle **QUALITÀ UMANE E RELAZIONALI** al fine di contribuire al miglioramento, dei rapporti tra persone, per costruire relazioni evolute e per rigenerare relazioni malate.

L'originalità di questa professione sta nel fatto di manifestarsi trasversalmente ad altre professioni pur mantenendo la sua identità³.

Ogni soggetto, dunque, ha necessità di imparare a conoscere i suoi tempi e i suoi bisogni sia generici, sia specifici del momento che sta vivendo. Il counselor relazionale, insegnando al cliente a prendersi cura di sé e a darsi ascolto, comincia a sciogliere le conflittualità senza necessariamente farle emergere in modo esplicito.

Ci si avvale pertanto delle tecniche atte a favorire l'instaurazione di una relazione positiva e gratificante, e quando ritenuto necessario, in relazione al tipo di cliente e alla situazione che ci si trova ad affrontare, l'azione del counselor può diventare più incisiva, più direttiva e forse a volte audace. Gestendo il tutto con grande senso di responsabilità, consapevoli di dover maneggiare con delicatezza l'anima di chi affida al counselor le parti più intime della sua vita psichica, emotiva e relazionale, chiedendogli di aver cura di lui fino a quando non sarà in grado di farlo nuovamente da solo.

Alla luce dei sette profili di personalità della teoria Prepos, possiamo affermare che la balbuzie è tipica dell'invisibile (Arousal + controllo), dell'adesivo (attivazione + arousal) e dello sballone (solo arousal). Lo sballone è alla ricerca del piacere della parola; nella parola c'è l'antidoto alla vergogna e alla sfiducia dell'invisibile; nell'adesivo la pienezza affettiva della parola colma il bisogno di considerazione e di attenzione. La parola ritrovata, con una costante fluenza, è il vero ed unico antidoto per la balbuzie. Che non sarà più sinonimo di evitamento, vergogna, tensione emotiva, ma è il varco d'ingresso per un nuovo vissuto.

La persona che balbetta, dopo anni di silenzi forzati, evitamenti e sensi di colpa avrà bisogno di tendere verso il piacere relazionale che diventerà fusionalità con l'altro; dovrà aspirare al desiderio dell'ascolto, imparando ad udire ed apprezzare il bellissimo suono della sua voce che per anni ha preferito non ascoltare; dovrà conoscere il sapore della libertà ed uscire dalla gabbia della balbuzie che l'ha imprigionato; liberarsi di quella rigidità corporale e di pensiero che la disfluenza ha creato; dovrà mettersi in prestazione facendo valere le sue qualità e tramutare la sua sensibilità in risorsa e non in negazione del fare.

³ Il Professionista delle Relazioni Umane – Periodico di informazione e aggiornamento professionale per counselor professionisti della relazione – pag.3; Numero 1; anno 2012

1 La Balbuzie. E' il corpo che balbetta

La balbuzie non solo “si sente”, ma soprattutto “si vede”.

Il linguaggio umano è inizialmente frutto di un'immersione nei suoni, nei gesti, nei movimenti sperimentati fin dalla nascita. Non è un aspetto astratto, non deriva dal ragionamento, ma è un continuum con il tessuto motorio del nostro corpo. *"Il linguaggio, afferma Guberina, è ritmo, intonazione, pausa, modello affettivo, tempo, come tale è dinamico, vive nella relazione, e' un fatto organico, muscolare, psicosintetico: e' la vita"⁴.*

Secondo una definizione dell'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità, 1977) la balbuzie viene definito un disordine del ritmo della parola nel quale il soggetto sa con precisione quello che vorrebbe dire, ma nello stesso tempo non è in grado di dirlo. Tale definizione ben sottolinea l' intreccio della componente psicologica con una difficoltà dell'articolazione pneumo-fono-articolatoria. Il soggetto sa con precisione cosa vorrebbe dire ma non è in grado di esprimerlo perché ha perso il controllo motorio verbale : pensiamo ad esempio al caso del disfluente che non riesce a dire il suo nome.

Prima ancora che come disturbo del linguaggio, la balbuzie può essere considerata una “sindrome psicosomatica” che coinvolge la persona a più livelli: corporeo, affettivo, relazionale, comportamentale e familiare. Le conseguenze psicologiche, quando presenti, si instaurano di conseguenza come reazione e/o adattamento a una lunga serie di fallimenti comunicativi. La balbuzie colpisce circa il 2% della popolazione mondiale e quasi un milione di italiani sono colpiti da questa sintomatologia.

La balbuzie esordisce talvolta improvvisamente, in età infantile, altre volte si inserisce nel linguaggio gradualmente insieme ai tentativi del bambino di pronunciare vocaboli e termini foneticamente complessi. La genesi della balbuzie è multifattoriale ed è da imputare ad un insieme di concause che agiscono in sinergia a livello neurologico/genetico/ambientale che a loro volta possono determinare una sorta di vulnerabilità, di predisposizione personale al disturbo.

In genere l'intervento di una situazione reattiva (scatenante) rompe il delicato equilibrio psico-emotivo del bambino mettendo in evidenza i sintomi della balbuzie, caratterizzati da pause, interruzioni, prolungamenti, ripetizioni di sillabe o di singoli fonemi, indice di un disagio latente della personalità e della relazione (balbuzie-sindrome).

La balbuzie è quindi una sorta di iceberg, del quale il disordine del linguaggio non è che la punta. Il corpo dell'iceberg è costituito dai disordini comunicativi e comportamentali e da emozioni vissute in modo negativo, come paura, vergogna, colpa, imbarazzo, etc.. La balbuzie può essere vista come la

⁴ www.prontoparola.it

risposta a uno stimolo che da neutro qual' era in precedenza è diventato condizionato in seguito alla reazione punitiva dell'ambiente.

In effetti la balbuzie non solo “ si sente”, ma soprattutto “ si vede”. La parola è un atto motorio. E' prima il corpo che balbetta e solo in seguito la parola diviene disfluente.

Il soggetto disfluente vive un malessere psicosomatico. Da un punto di vista fisiologico, il disturbo risiede in un laringo-spasmo a livello di corde vocali che impedisce il normale flusso della corrente aerea. Ciò determina una paralisi pre-suono che ne ostacola la formazione.

La balbuzie è accompagnata da cinestesie, ossia movimenti involontari di alcune parti del corpo, come tic facciali (es. chiudere gli occhi), tremori delle labbra, della mascella, scalpitare con i piedi, movimenti della testa, contorsioni dell'intero corpo, tachicardia, apnea fonica,(come se mancasse l'aria per iniziare).Il balbuziente ha una respirazione irregolare, cioè troppo breve, frequente e compressa (spinge il fiato eccessivamente, cosicché, quando vuol parlare, nella maggior parte dei casi, il suo fiato o è già finito o non gli basta per produrre poche sillabe che stentatamente ripete). Infatti se si osserva il petto di un balbuziente mentre si affatica a parlare, vedrete come il suo modo di respirare sia alto, pettorale e col diaframma quasi paralizzato. E' il caratteristico respiro corto e a scatti in cui il petto si solleva e l'addome si contrae. E' la tipica sensazione spiacevole che i balbuzienti esprimono dicendo : “Ho un groppo allo stomaco” – “ Ho un nodo alla gola”.

Il blocco non è solo quindi nella parola, ma lo possiamo notare anche a livello corporeo: è come se il soggetto balbuziente fosse imprigionato nel suo stesso corpo. La conversazione a scatti è dunque paragonabile ad un'aggressività che vorrebbe uscire, ma non ne ha il coraggio, dunque rimane ogni volta bloccato a livello delle corde vocali.

Il linguaggio del soggetto affetto da balbuzie è quindi spesso interrotto dalla ripetizione (che può essere continua o intermittente) di sillabe, suoni, vocaboli, frasi intere alternate a pause di silenzio, durante le quali il soggetto è di fatto incapace di produrre un qualsiasi tipo di suono.

1.1 Le stagioni della balbuzie

La principale classificazione della balbuzie è quella che suddivide tale disordine in balbuzie primaria e balbuzie secondaria. Tale ripartizione prende in considerazione il momento d'insorgenza e le caratteristiche del disturbo.

Parliamo di una *balbuzie primaria*, apparente e transitoria, tipica dell'età infantile, fra i 3 e 6 anni costituita da fisiologiche e normali disfluenze e da intermittenti esitazioni e ripetizioni sillabiche iniziali, la cui risoluzione è spontanea in circa il 65% dei casi dei bambini in età prescolare. Virtualmente tutti i bambini incorrono in un periodo di disfluenza mentre imparano a parlare. Le disfluenze appaiono spesso quando il bambino sta acquisendo padronanza del linguaggio ed è posto davanti a decisioni sulla trasposizione di pensieri in parole, dovendo scegliere le corrette strutture grammaticali, per produrre correttamente suoni e parole. La balbuzie che insorge nella prima infanzia viene detta anche evolutiva in quanto, in condizioni ambientali favorevoli, scompare spontaneamente e nella maggioranza dei casi non si ripresenta.

La *balbuzie secondaria* si instaura più tardi, in età scolare, con coscienza del disturbo e può accompagnarsi alle sincinesie, ai tic, alla incoordinazione respiratoria e va incontro a cronicizzazione. La consapevolezza della balbuzie coinvolge la sfera emotiva del soggetto complicandone le manifestazioni: ansia, frustrazione, stress, fobie, senso di inferiorità e reazioni vasomotorie quali tachicardia, apnea e sudorazione. La balbuzie che nasce in età adulta è un'eccezione, legata a traumi eclatanti o a patologie organiche. La rieducazione di un quadro "cronico" ed avanzato di balbuzie impegna in un processo di costruzione e controllo verbale, insieme ad un contenimento dell'ansia interna e del sentimento di inadeguatezza relazionale.

1.2 Forme della balbuzie

Gli studiosi hanno classificato tre differenti tipi di balbuzie, facendo riferimento alla particolare configurazione del "blocco" e ai suoni caratteristici che il blocco verbale manifesta nello sforzo articolatorio:

Balbuzie Tonica : caratterizzata da difficoltà fonica o prolungamento di una sillaba all'inizio della frase. Questo tipo di balbuzie colpisce la maggioranza dei casi. Solitamente la persona affetta da questa forma di disfluenza, si presenta timida, schiva verso i rapporti umani, introversa e riflessiva.

Balbuzie Clonica, contraddistinta dalla ripetizione del fonema all'interno della frase con ribattute ed inceppamenti nel parlare. Questa forma di balbuzie è tipica dei bambini di età compresa tra i cinque e sette anni.

Esiste poi una terza forma di balbuzie, che comprende entrambe le due forme sopra citate e che viene chiamata: Forma Mista

Complessa e varia è la "sintomatologia"⁵ della balbuzie che riguarda alterazioni dei tratti del discorso quali:

- Ripetizioni di suoni e sillabe
- Prolungamento di suoni
- Sostituzione di parole attraverso i sinonimi
- Attacco brusco ed esplosivo della frase
- Forzata accentazione
- Attacco forzato nella produzione delle vocali
- Loro eccessiva durata (prolungamento)
- Forzata produzione delle consonanti sia nell'intensità che nella produzione
- Utilizzo di suoni di avvio ("dunque", "allora", "ehm"...);
- Uso di riempitivi e di intercalari ("cioè", "diciamo", "quindi" "come posso dire"...)
- Pause vocalizzate (cioè..., vero..?, quindi..., ecc)
- Pause all'interno della parola o dei sintagmi
- Lunghi e inutili giri di parole per arrivare a pronunciare di slancio "quella" parola

Ed in particolare:

Su consonanti esplosive in cui tipica è la ripetizione (pppppronto..)

Riguardo prolungamenti su consonanti sibilanti (sssono stato...), o su vocali (aaaaandrò al mare...)

Con pause più o meno lunghe o marcate si accompagnano "Blocchi" della fonazione sia all'inizio della frase (.buongiorno...), sia in mezzo (io..mi chiamo..), o in mezzo alla parola (quando...sei venuto..).

Sia le ripetizioni (cloniche) che i blocchi (tonici) si verificano di preferenza all'inizio della frase o della parola, estendendosi tuttavia anche ad altre parti della frase con l'aggravarsi dell'ansia e della tensione interna del soggetto.

Alcuni studiosi tuttavia, tenendo presente la localizzazione anatomica del blocco e degli spasmi muscolari, soprattutto nella produzione di alcune consonanti, individuano le seguenti forme:

Balbuzie Labio-Coreica con movimenti involontari della lingua e delle labbra (danza delle labbra) e conseguente difficoltà nella pronuncia delle labiali /p/ e /b/, delle labio-dentali /f/ e /v/ e delle dentali /t/ e /d/;

Balbuzie Gutturo-Tetanica causata da rigidità dei muscoli faringei e laringei (spasmi), che rendono impossibile la pronuncia delle consonanti gutturali /k/ /c/ e /g/

⁵ Fonte : www.cild.it

1.3 La balbuzie è variabile

La gravità della balbuzie varia tantissimo tra un individuo e l'altro. Può anche variare da un giorno all'altro nella stessa persona a seconda della situazione in cui si trova a interloquire. Dire il proprio nome e parlare di fronte a delle autorità può essere assai difficile. I balbuzienti possono balbettare severamente in certe situazioni e non farlo per niente in altre. Addirittura assistiamo a diversi gradi di fluenza/disfluenza all'interno delle stesse situazioni e con le stesse persone. Come parlare bene con gli amici e male coi genitori e viceversa. Si possono avere mesi di buona fluenza per poi ricadere inaspettatamente, senza preavviso alcuno, in altrettanti lunghi periodi di blocchi continui e invalidanti.

Quando diminuisce:

- Cantando
- Leggendo ad alta voce all'unisono con un'altra persona
- Seguendo un ritmo prestabilito come quello del metronomo, pronunciando una parola o sillaba per battito
- Shadowing” (ripetendo quello che una persona dice, immediatamente dopo che questo ha iniziato a parlare)
- Parlando in presenza di un forte rumore mascherante
- Parlando lentamente
- Parlando da soli o con animali
- Parlando con un tono monotono (stessa altezza e intensità)
- Parlando sottovoce
- I bilingui balbettano di più in una lingua e di meno nell'altra
- Recitando
- Non pensando dove potrebbe avvenire il prossimo blocco

Quando aumenta:

- Nel presentarsi
- Parlando al telefono
- Raccontando barzellette
- Quando viene chiesto di ripetere, riferire, un messaggio che non hanno perfettamente capito
- Dovendo aspettare il proprio turno per rispondere, dire qualcosa (questo provoca un forte aumento dell'ansia che sfocia in un episodio di balbuzie al momento di parlare)
- Parlando con persone che si reputa importanti
- Quando ci si sforza di non balbettare
- Quando si cerca di non far capire all'interlocutore di essere balbuzienti, per evitare il disagio che ne deriva
- Parlando davanti a una platea o al cospetto di molte persone

1.4 L'origine multifattoriale della balbuzie

Numerosi studi non sono riusciti a dare una risposta univoca all'origine della balbuzie. Dunque si tratta di un disturbo ereditario o acquisito? Organico o funzionale? Esiste una componente psicologica? Le cause non sono state ancora del tutto trovate. E' chiaro quali possono essere i fattori di rischio, come si sviluppa e in quali terreni si alimenti la balbuzie, ma non c'è ancora alcuna certezza scientifica sulle cause che la determinano.

Ad oggi possiamo dire che sono molteplici i fattori che concorrono all'instaurarsi di questo disturbo: in particolare, è possibile affermare che esiste una predisposizione genetica e che alcune condizioni ambientali giocano un ruolo fondamentale nel suo manifestarsi. Ci sono quindi dei fattori che provocano la balbuzie e fattori che la mantengono o la aggravano; mentre dei primi non si conosce molto, dei secondi invece si è a conoscenza ed è proprio su di essi che si interviene per modificare l'andamento della balbuzie. Un particolare accento è posto sull'ambiente familiare, di solito rigido, con tendenze perfezionistiche, creato da genitori ansiosi che puntano molto l'attenzione su ogni aspetto della vita del bambino, compreso il linguaggio, e che scambiano, per mancanza di informazione, le normali disfluenze del bambino per un problema vero e proprio. In questo modo, il bambino inizia a considerare il linguaggio fonte di ansia e in tal modo diventa balbuziente, come vedremo in seguito.

Fattori predisponenti di rischio

Ogni persona che balbetta probabilmente ha differenti combinazioni o è "insidiato" da diversi fattori, che hanno contribuito alla sua vulnerabilità alla balbuzie. Alcuni aspetti, frequentemente associati alla balbuzie, che appaiono predisponenti all'insorgenza del disturbo sono:

- *La storia familiare* rappresenta un elemento di rischio. In particolare sono a più alto rischio i bambini di nuclei familiari che presentano casi di balbuzie;
- *Fattori sociali e ambientali* : Il contesto in cui il bambino vive è molto importante. Livelli d'ansia elevati, moduli comportamentali rigidi e perfezionisti, aspettative negative e atteggiamenti svalutativi, eventi che accadono a casa o a scuola hanno un impatto sui bambini in tutti i tipi di direzioni, inclusa la loro fluenza;
- *Il sesso*. I maschi hanno da due a cinque / sei volte un rischio più di alto di cronicizzare il disturbo rispetto alle femmine. Il figlio di un genitore affetto dal disturbo presenta un rischio maggiore di balbuzie rispetto ad una figlia;
- *L'età del bambino*. L'età più critica risulta essere tra i 2 e gli 11 - 12 anni, in particolare tra i due e i 5 / 6 anni;
- *I gemelli*. Vi sono evidenze statistiche che confermano un più alto rischio tra i gemelli
- *Disordine fonologico*. Il ritardo della maturazione linguistica può rappresentare un fattore di rischio nella balbuzie;
- *Mancinismo corretto*. Alcuni studi hanno rilevato un maggior numero di balbuzienti nei mancini "corretti" rispetto ai mancini veri. Hanno rilevato che i bambini mancini, quando erano educati forzatamente al destrismo, cominciavano a balbettare, mentre il disturbo cessava sospendendo la forzata rieducazione, ossia riprendendo l'uso della mano sinistra;

È importante saper riconoscere questi sintomi in tempo, poiché la ricerca ha stabilito che la prognosi è tanto migliore quanto è minore l'intervallo temporale che separa l'insorgenza della balbuzie dal primo intervento terapeutico (che con particolari modalità può essere eseguito anche in età molto precoce). Anche perché ad aspettare troppo si rischia che il disturbo si consolidi a tal punto da diventare refrattario a qualsiasi intervento. In altre parole, la balbuzie non ha una singola causa, è un disturbo multifattoriale, quindi spiegazioni semplici come “sta parlando troppo veloce” o “è nervoso” non spiegano adeguatamente questo complicato disturbo.

Cosa succede nel cervello quando si balbetta?

Gli esami strumentali con le tecniche di neuro-immagine hanno confermato una differente modalità di attivazione del cervello nel balbuziente. Infatti mentre il normoloquente attiva l'emisfero sinistro del cervello durante l'eloquio, nei balbuzienti c'è un coinvolgimento anche della parte destra. Si pensa che l'attivazione della parte destra sia una reazione di compensazione dovuta alla minore attivazione del lato sinistro.

Se a parlare è una persona che non ha difficoltà, risveglierà prima le zone cerebrali della parola e successivamente quelle motorie che regolano la muscolatura coinvolta nella fonazione.

I balbuzienti farebbero il contrario, innescando il sistema motorio prima ancora che l'intera parola sia ben chiara nella mente.

2.0 La balbuzie in età infantile

La Balbuzie non è un fenomeno unico bensì è determinato a diversi livelli da fattori sia fisiologici che psicologici, sia genetici che derivanti da variabili ambientali. Tutti queste variabili possono giocare un ruolo importante nell'insorgere del fenomeno e può risultare estremamente difficile determinare a priori quale di queste concause sia quella prevalente.

Solo un approccio terapeutico di tipo multi-disciplinare permette di valutare e comprendere le variabili che possono entrare in gioco in presenza di fenomeni di balbuzie nell'età infantile.

Tempi ed origine della balbuzie

Ciò che si può affermare con certezza è che nessun bambino nasce con il problema della balbuzie, ma questa si evidenzia solo in un secondo momento. E' verso i tre/quattro anni che i bambini manifestano le prime imperfezioni nella fluenza verbale, con ripetizioni o prolungamenti di suoni. Molto spesso questi fenomeni sono assolutamente temporanei e tendono a scomparire naturalmente con il passare del tempo.

In altri casi sono l'inizio di una difficoltà che poi si trasforma in una balbuzie vera e propria. La balbuzie ha un'origine intima, nervosa e il fenomeno, fortemente intermittente, aumenta

sistematicamente in situazioni intensamente emotive. L'attribuzione della balbuzie a conflitti interni, che in qualche modo alterano l'equilibrio del bambino, è la causa maggiormente sostenuta da psicologi e psicanalisti. Per i genitori, cercare di individuare le situazioni che comportano un sensibile aumento della balbuzie è un compito tanto importante quanto faticoso.

Come disturbo della relazione e della comunicazione di origine psicologica⁶, la balbuzie esordisce talvolta improvvisamente in età infantile nutrendosi di situazioni traumatiche o avvertite come tali (nascita di un fratellino, situazioni di anaffettività, perdita di sicurezza, traumi, precari inserimenti), insieme a relazioni difficili e ansiogene avvertite dalla sensibilità del bambino nei primi anni di vita. Altre volte si inserisce nel linguaggio gradualmente insieme ai tentativi del bambino di pronunciare vocaboli e termini foneticamente complessi (tali esitazioni prendono il nome di disfluenze specifiche). La balbuzie è un disordine nel ritmo della parola, nel quale il bambino sa con precisione ciò che vorrebbe dire, ma nello stesso tempo non è in grado di dirlo a causa di involontari arresti, ripetizioni o prolungamenti di un suono. Possiamo dire che la balbuzie è disturbo della "relazione verbale" in situazioni di comunicazione: infatti un bambino non balbetta giocando e parlando da solo.

In genere l'intervento di una situazione reattiva (scatenante) rompe il delicato equilibrio psico-emotivo del bambino dando alla balbuzie (sintomo), caratterizzata da pause, interruzioni, prolungamenti, ripetizioni di sillabe o di singoli fonemi, la possibilità di rappresentare ai genitori uno scompensamento interno, un disagio latente della personalità e della relazione (balbuzie-sindrome).

Riguardo l'età infantile possiamo affermare che il bambino sceglie (inconsciamente) tra gli innumerevoli sistemi di comunicazione di cui dispone (sistemi non-verbali) una modalità (la parola bloccata, il linguaggio esitante) che gli garantisce una "cassa di risonanza" sicura per attrarre l'attenzione dei genitori, per comunicare il suo stato interno, per "dire" all'adulto del suo disagio riguardo eventi particolari o avvertiti come ansiogeni. Tutti noi abbiamo delle disfluenze occasionali, quando siamo nervosi o emozionati.

⁶ Fonte: www.iltuopsicologo.it

2.1 Balbuzie che fare: spunti per l'insegnante



Cari insegnanti il vostro aiuto è prezioso! Trascorrete gran parte della giornata con l'alunno che balbetta e quindi avete un ruolo fondamentale nell'affrontare la sua balbuzie e gli effetti che essa provoca.

Ecco quindi alcuni suggerimenti⁷:

1) Parlatene con il vostro studente in privato e spiegategli che siete a conoscenza della sua balbuzie e che accettate sia lui che le sue difficoltà, e che affronterete il disturbo come qualsiasi altra questione e non come qualcosa di cui vergognarsi. Se l'alunno non avesse voglia di parlare con voi della balbuzie non forzate, ma lasciategli la possibilità di venire da voi quando se lo sentirà.

2) Fate attenzione alla scelta dei termini che usate: se l'alunno non ha ancora piena coscienza del problema, usate termini come "difficoltà" o "incertezza" quando parlate del suo linguaggio. Evitate di usare il termine balbuziente perché balbettare è qualcosa che l'alunno fa e non ciò che egli è.

3) Guardatelo: mantenete il contatto oculare ed il viso e il corpo rilassati. Dimostrategli che siete interessati a cosa sta dicendo e non a come lo sta dicendo.



4) Dategli tempo: non anticipatelo e non completate le frasi al posto suo; evitate di suggerirgli delle strategie del tipo "respira tranquillamente" o "cerca un'altra parola";

5) Fornite il buon esempio: rallentate il vostro modo di parlare, fate pause frequenti ed evitate la pressione temporale.

⁷ Fonte: www.alplogopedia.it – *Balbuzie che fare: spunti per l'insegnante*

6) Ricordate ai vostri allievi di parlare ed ascoltare a turno: questo renderà molto più fluida la comunicazione e aiuterà lo studente, poichè è più facile parlare quando ci sono meno interruzioni e si ha l'attenzione dell'altro.



7) Pretendete la stessa qualità e quantità di lavoro sia dallo studente che balbetta sia da colui che non lo fa.

8) Quando fate le domande in classe per lo studente che balbetta è più facile:

- Se per rispondere servono poche parole
- Concordarlo prima. Chiedere se si preferisce essere chiamato per primo o dopo i compagni. Infatti la tensione e la preoccupazione dell'attesa possono interferire sulla fluenza della sua risposta
- Se si garantisce a tutti il tempo per pensare e per rispondere

9) Quando si legge ad alta voce:

- Concordate prima il turno della lettura;
- Consentite a tutti la lettura a coppie fino a quando il vostro alunno si sentirà pronto a gestire la lettura ad alta voce da solo.



10) Attenzione alle prese in giro: tutti stiamo male quando siamo derisi e il poterne parlare con qualcuno ci fa sentire meglio. Aiutate il vostro alunno a comprenderne il motivo e provate a cercare insieme delle soluzioni su come poter rispondere. Parlate in separata sede anche ai compagni che lo hanno deriso e cercate di capire come mai lo hanno fatto (spesso infatti è solo una ricerca di attenzione).



Infine ricordate che non tutti i giorni sono uguali: e che è possibile che ci siano momenti, giorni o situazioni in cui il vostro studente che balbetta lo farà di più e ci saranno momenti, giorni o situazioni in cui lo farà di meno.

3.0 Potenza e fragilità delle balbuzie

La Balbuzie, più di altri deficit del linguaggio, si presenta come disturbo multifattoriale, correlato alla dimensione emotivo-relazionale (Shindler, 1989), con effetti sulla dimensione cognitiva, comportamentale e sociale del soggetto stesso. L'atto verbale per la persona disfluente è sovente vissuto con ansia, non tanto nell'aspetto del contenuto (cosa dire), quanto per il trasferimento di tale contenuto all'interlocutore. Esiste *una correlazione tra la variabile tempo, tensione e le balbuzie*. Nella produzione dell'atto fonatorio, infatti, l'esistenza di una forma di pressione temporale condiziona il soggetto disfluente nell'atto di parlare, non solo nell'immediato ma alla lunga e sull'intero suo vissuto. Le emozioni sono fattori in grado di influenzare la produzione verbale ed il suo risultato. Ma più delle emozioni positive, sono quelle vissute in modo negativo ad influenzare la fluenza, ed in particolare rabbia e paura.

La persona che balbetta è sempre *"Intrappolata nel conflitto"* del desiderio di parlare (sostenuto da una più che buona capacità) ma non potendolo fare, ogni sua scelta esistenziale rischia di essere fatta in rapporto alla minore necessità di parlare o di affrontare situazioni d'impegno verbale, che non può sostenere.

La teoria del "conflitto appreso" (Sheehan 1958) mostra come la balbuzie generi un "conflitto di approccio/evitamento"⁸ in cui il soggetto disfluente vive una tensione conflittuale tra due dinamiche opposte:

- *Un forte desiderio di parlare/ la paura di farlo temendo di non esserne in grado*

Tale generica paura di verbalizzazione si compone di tre elementi, tra loro interagenti:

- *Il timore di un possibile blocco*
- *Il timore di non poterlo controllare*
- *Il timore della reazione dell'interlocutore*

Il timore del sopraggiungere del blocco è la principale paura del soggetto disfluente, che non sa quando e in che misura si potrebbe manifestare. Tutto ciò lo pone in un costante stato di ansia legato alla verbalizzazione.

⁸ M. Cristina Strocchi, *Balbuzie, Il trattamento Cognitivo comportamentale*, Erickson, Trento p. 33

Su tale paura si innesta il timore di non saper gestire il blocco stesso, restandone in balia, non riuscendo ad esprimere ciò che vorrebbe dire.

Il terzo timore è nei confronti dell'interlocutore normofluente; verso le sue capacità di comprensione e accoglienza, che potrebbe ragionevolmente avere una reazione negativa, di impazienza per l'allungarsi dei tempi della conversazione o di pena o di svalutazione del soggetto.

In realtà anche l'interlocutore normofluente è a disagio dinanzi al soggetto disfluente ad alla manifestazione del disturbo, sia nella dimensione dell'eloquio, sia in quella del vissuto. E questo genera nel disfluente un ulteriore disagio e senso di colpa, che si aggiunge a quello dovuto alla difficoltà di espressione verbale. I segnali non verbali inviati dall'interlocutore ad un soggetto balbuziente vengono interiorizzati e assolutizzati nelle loro manifestazioni negative. Il ricordo di esperienze negative pregresse agisce così da condizionamento negativo per il soggetto; l'ansia generata da questa paura del giudizio accresce lo stato ansioso individuale e riduce la possibilità di una buona verbalizzazione. Il risultato delle due forze configgenti (desiderio e paura) produrrebbe allora, secondo la teoria del conflitto appreso, il blocco della parola o un'oscillazione di ripetizioni e prolungamenti.

La balbuzie diviene così il compromesso tra le due istanze contrapposte del parlare e del tacere.

Il susseguirsi degli insuccessi comunicativi, percepiti in dimensione amplificata e delle reazioni e dei commenti degli interlocutori, genera col tempo nel soggetto una più o meno elevata sfiducia nei confronti del successo che i propri atti di verbalizzazione potranno avere.

Le conseguenze si tradurranno in :

Reazione di evitamento delle situazioni di verbalizzazione ⁹, che rischiano con il tempo di degenerare in un vero isolamento, più o meno frustrante, con conseguente penalizzazione della dimensione relazionale.

L'evitamento allora si estende dalla parola alla più ampia dimensione comportamentale, con la conseguente perdita di autoefficacia e possibili ripercussioni negative sul piano dell'autostima;

Il soggetto non ha una buona immagine di sé e sviluppa un senso di inferiorità nei confronti degli altri con cui si relaziona e confronta. Ciò limita lo sviluppo relazionale che rischia così di non sviluppare la propria vita come vorrebbe e potrebbe.

Bloccando il canale interpersonale, sviluppa progressivamente una sfiducia nello scambio e nel confronto, alleva in solitudine il proprio mondo interiore, in cui tutte le energie sono convogliate nell'immaginazione, nei sogni ad occhi aperti che diventano una vita parallela a quella reale, o addirittura interscambiabile. Col tempo la balbuzie diventa pertanto un fattore condizionante e totalizzante della persona, a tal punto che il soggetto può giungere ad identificarsi con il proprio status.

Come evidenzia Murray(1994) “ *Egli è prima di tutto balbuziente, tutto il resto è secondario e la sua vita si riduce a quanto la sua parola consenta o meno*” .

⁹Ingenito M. Teresa , *La balbuzie nell'età adolescenziale. Clinica e riabilitazione*, Franco Angeli editore , 2003

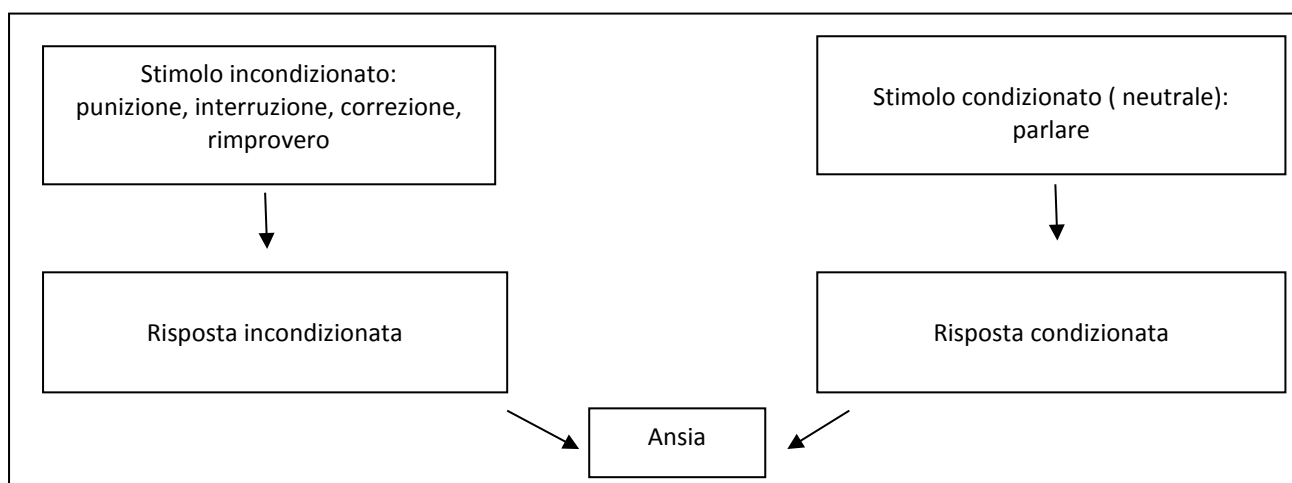
3.1 L'approccio Cognitivo- comportamentale alle balbuzie

Sebbene la modalità comunicativa del balbuziente appaia stentata, zoppicante e quindi invalidante, la balbuzie dovrebbe in realtà essere considerata come un formidabile strumento nelle mani di chi lo utilizza. E' inutile negarlo; al di là delle apparenze la balbuzie serve, semplifica e scherma¹⁰.

Interrogarsi sulle balbuzie non soltanto per comprenderla meglio ma, soprattutto per cercare di aiutare chi soffre, significa in primo luogo tentare di individuare quale genere di vantaggi essa possa offrire a chi ne è preda.

Il presupposto teorico dell'approccio Cognitivo - Comportamentale alle balbuzie considera la balbuzie un disturbo appreso e mantenuto secondo i principi del condizionamento classico. E' molto frequente la presenza di disfluenze nei primi momenti in cui il bambino impara a parlare, ma non ci fa caso e comunica in modo naturale. Se però, di fronte alle sue normali disfluenze, il genitore intende punire, interrompere o correggere, il bambino inizierà a provare ansia. Infatti i bambini reagiscono con ansia alle disapprovazioni dei genitori e trasferiscono poi la carica ansiogena al parlare.

Eziopatogenesi della balbuzie: apprendimento per condizionamento classico

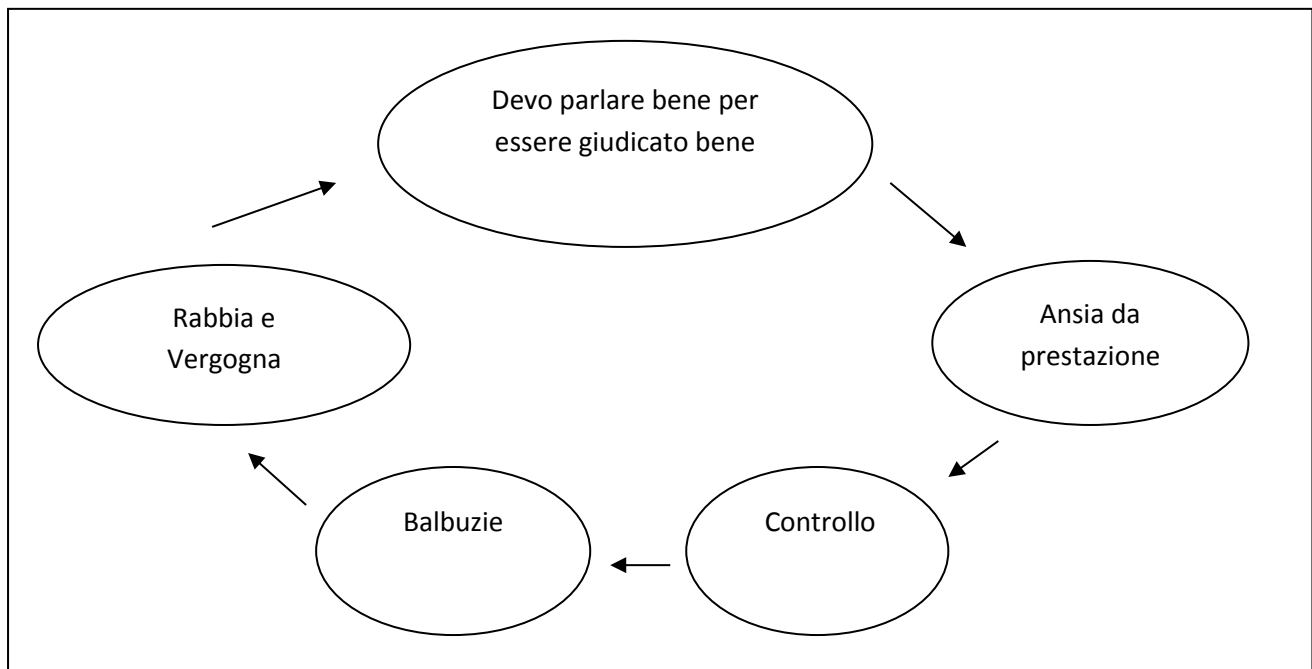


Fonte: *Il trattamento cognitivo-comportamentale* (Strocchi 2011)

Da qui l'associazione tra il dialogo e l'ansia, per paura della disapprovazione, che accompagnerà l'individuo. Il genitore che ripete spesso al figlio: "Devi parlare bene, non devi sbagliare", crea delle premesse ansiogene e non facilita il processo di autocorrezione che avrebbe potuto instaurarsi.

La paura di balbettare porta ad una costante attenzione sul come si deve dire, che nel soggetto balbuziente è di gran lunga più importante del cosa dire. Si innesca così il circolo vizioso dell'eccesso di controllo.

¹⁰ Cadonici Paola, *L'Alchimia delle Balbuzie*, Rubettino Editore, Catanzaro, 2001



Fonte: *Il trattamento cognitivo-comportamentale* (Strocchi 2011)

ANSIA:

L'ansia viene definita come uno stato emotivo con un sentimento di aspettativa dolorosa di una condizione pericolosa e minacciosa, soggettivamente ipotizzata o avvertita come tale nella realtà. L'ansia è quindi sintomo comune di fronte a situazioni oggettivamente traumatizzanti, legata alla paura che, in quella determinata situazione, potrebbe emergere: la balbuzie. Questo fa sì che in chi balbetta ci sia spesso una forte ansia da prestazione prima dell'evento verbale.

L'ansia, a differenza di come forse si potrà pensare, non è il demone che ogni balbuziente ha dentro. In realtà è un efficace sistema di allarme utilissimo da sempre all'essere umano. Si attiva nelle situazioni di pericolo. Il problema delle persone che balbettano è che questo sistema di allarme è per così dire "rotto" cioè si attiva ogni volta che aprì la bocca o quasi. Quando l'ansia raggiunge picchi elevati, si interrompe il flusso respiratorio, alterando l'atto verbale. Le contrazioni dal diaframma tendono ad espandersi verso la parte superiore del corpo. Nella maggioranza dei casi la tensione soffocante si diffonde a livello toracico. Altre zone molto contratte sono le spalle, la spina dorsale il viso e il collo. Quando l'emozione assale il soggetto che parla, oltre che a risentirne la coordinazione motoria, subentrano altri sintomi che hanno effetti nefasti sul linguaggio: eccessiva sudorazione, aumento del battito cardiaco, difficoltà respiratorie, calo del timbro di voce, confusione mentale, blocco dei muscoli addominali e del diaframma.

E' interessante notare come alcuni di questi sintomi (respiro più veloce, rossore in viso, aumento del battito cardiaco) siano manifestazione di un aumento di arousal, come se il soggetto si preparasse, dovendo iniziare a parlare, ad un'attività potenzialmente pericolosa o comunque richiedente un livello

alto di attivazione, di vigilanza e di prontezza d'azione. L'ansia è sicuramente un fattore che influenza la balbuzie, ma non la determina.

A questo punto si potrebbe ipotizzare che, quando il soggetto balbuziente entra in uno stato ansiogeno molto violento, determinato da stimoli interni o esterni, la carica ansiogena prodotta, potrebbe intensificare il segnale, che i centri di elaborazione del pensiero, inviano verso l'apparato linguistico. Il segnale inviato, essendo troppo violento, determinerebbe una specie di "corto circuito" a livello dell'apparato motorio, causando spasmi linguistici. Questo "loop negativo" aumenterebbe anche con la presenza di altri disturbi neurovegetativi associati, quali: sudorazione, aumento del battito cardiaco, varie contrazioni a livello muscolare, senso di nausea e confusione mentale.

Solitamente un balbuziente in una situazione ansiogene tenta di parlare a velocità più alta, il che lo mette maggiormente in difficoltà procurandogli più blocchi. Questo perché l'ansia abbassa la velocità di pensiero e di conseguenza aumenta la velocità alla quale si parla. Ma mentre per un soggetto che non ha mai avuto disturbi del linguaggio questo è automatico, per il balbuziente non lo è, così con l'aiuto di alcuni esercizi e particolari accortezze andremo ad instaurare questo meccanismo artificialmente fino a renderlo automatico.

I blocchi della parola alimentano stati di ansia sempre più alti che portano di conseguenza maggiori blocchi. Più si ha paura di balbettare, maggiore sarà lo stato di ansia nelle diverse situazioni quotidiane. Un circolo vizioso che si alimenta nel corso degli anni.

Quindi la soluzione non è eliminare l'ansia, ma fornire una tecnica che consenta di affrontare tale situazione con successo. Riuscendo a parlare fluentemente si instaurerà un circolo virtuoso, in cui i livelli di ansia quotidiani ritorneranno nella norma. Oggi se la persona balbetta, l'innocente disfluenza è diventata cronica ed il suo sistema di allarme, costituito dall'ansia, non funziona bene.

CONTROLLO

Balbettare è una difesa, una difesa di carattere sociale, un modo per frapporre fra sé e gli altri uno schermo di protezione. Il balbuziente è costantemente impegnato, per paura di sbagliare, nel controllo della sua modalità verbale, sa quello che vuole dire, ma poi blocca la normale fluidità di parola proprio perché impegnato in un inutile atteggiamento di controllo.

RABBIA E VERGOGNA

Nella persona che balbetta la vergogna nasce dal credere che non solo si è fatto qualcosa di sbagliato, ma che egli stesso è sbagliato. Questo è collegato al timore di essere giudicati negativamente dall'ascoltatore.

Le persone che balbettano si sentono spesso colpevoli di non saper raggiungere un obiettivo che a loro avviso sarebbe raggiungibile se solo parlassero fluentemente. A tal proposito è utile fare una distinzione tra colpa e senso di colpa¹¹: la colpa richiede riparazione, il senso di colpa è un'istigazione manipolata perché la colpa non esiste (senso di avere delle colpe ma non so quali siano). In molti adulti affetti da balbuzie vige comunemente un senso di colpa soffocante, che non lascia spazio alla libera espressione delle emozioni. A questo stato emotivo si aggiunge una profonda disistima, dove il Sé viene percepito fragile, alimentando poi delle angosce persecutorie che paralizzano l'incontro con l'altro.

L'adulto balbuziente è come se combattesse tutti i giorni contro questo senso di colpa estenuante e qualsiasi azione protesa ad espiare questa sensazione del sentirsi accusato da se stesso, sarà destinata al fallimento.

Questo senso di colpa può essere correlato a vari elementi personali o familiari. L'adulto è come se si sentisse incriminato da se stesso. Tale sensazione nasce dalla contrapposizione tra il desiderio di sentirsi soggetto "normale" e la sensazione d'essere impedito, o inadeguato, nel raggiungimento degli obiettivi prefissati. Chi balbetta vive un senso di colpa che si correla al non sentirsi sufficientemente "forte" nell'arginare le emozioni negative. Queste sensazioni di colpevolezza fortificano i meccanismi coatti della balbuzie: la persona più si sente in colpa e più balbetta; più desidera dimostrare di esser capace e più il tormento di non riuscire si rivela attraverso la confusione verbale. Quando il senso di colpa raggiunge il culmine, la persona disfluente potrà essere soggetta a forti stati depressivi o melanconici.

Sheehan, eminente terapeuta del linguaggio (USA), nel riferirsi al conflitto e al senso di colpa proprio delle balbuzie afferma che la loro conseguenza diretta è l'assunzione di un ruolo artificiale a cui quasi nessun balbuziente consciamente o inconsciamente si sottrae¹². Manierismi e istrionismi da palcoscenico, fuduciosa indifferenza, finta meraviglia, formazioni reattive di aggressività e iperattivismo o ipo-tonicità, moderazione e mansuetudine si attaccano tramite condizionamento alla personalità e alle relazioni umane modificandole, accentuando nel soggetto la percezione ed il vissuto del sentimento di colpa. Il conflitto si verifica a cinque livelli diversi. A livello di parola, la balbuzie è un conflitto tra l'urgenza di pronunciare e non pronunciare una certa parola o sillaba determinando vere e proprie aspettative ansiogene nei confronti di consonanti, sillabe o terminologie percepite come terrifiche. A livello di situazione, il conflitto è tra l'entrare e non entrare in una situazione temuta o ritenuta difficile come il telefonare, il partecipare ad una conversazione tra estranei o l'esprimere incondizionatamente le proprie opinioni, determinando anche in questo caso difese di isolamento e di formazione reattiva volte a negare aspetti reali della personalità che non riescono ad esprimersi. A

¹¹ www.prepos.it: sintesi processi di counseling alle tipologie

¹² www.astrazione.it/assets/balbuzie

livello di contenuto emotivo, il conflitto sorge nel momento di esprimere contenuti fortemente emotivi come la collera o la colpa. A livello di relazione il conflitto si evidenzia in dipendenza delle persone e del loro ruolo, reale o simbolico, con cui si entra in contatto: figure autoritarie che riedificano l'edipo, persone autorevoli o detentrici di particolare potere attivano il conflitto spiegando come in questi casi l'assunzione reattiva di un ruolo dominante assicura in linea di massima una fluenza normale. A livello di protezione dell'ego, infine, la balbuzie serve inconsciamente all'individuo in chiave difensiva per tenersi lontano da realtà competitive che costituiscono minaccia di fallimento o diametralmente di successo, causando elaborazioni di posizionamento sociale alternative perché condizionate dal bisogno di sicurezza. Questi dati, anche in relazione alle dinamiche della personalità del balbuziente, autorizzano, secondo Sheehan a ritenere che la balbuzie, una volta sviluppata e consolidata, può diventare un sistema chiuso come condotta appresa, funzionalmente autonoma e stabile nella sua coazione ad agire, indipendentemente dalla scomparsa delle forze e dai fattori causali che, originariamente l'avevano scatenata.

La balbuzie serve, serve a chi la usa perché incapace di pensarsene privo, per rafforzare il proprio senso di identità, per sentirsi confortato da quel particolare modo di essere che, seppur anomalo e bizzarro, gli ricorda istante per istante chi egli è e come gli altri lo vedono¹³.

Balbettare può fungere dunque anche da risorsa conoscitiva, perché permette di scoprire molto sul proprio conto - ansie, timori, fragilità - e sul modo in cui gli altri considerano chi balbetta.

Nella balbuzie, dunque, sono racchiuse insieme potenza, fragilità ma anche un grave rischio: l'essere ineluttabilmente identificati con la balbuzie. Quando un bambino balbetta, ad esempio, chiede di essere amato ed accettato nonostante la sua difficoltà, ma di certo non ha alcun bisogno o desiderio di essere identificato con la sua balbuzie.

3.2 Ci sono vantaggi nel balbettare?

Il mantenimento del disturbo è spiegato dalla teoria del *Condizionamento operante*¹⁴. Questo paradigma dell'apprendimento sottolinea l'importanza degli effetti del comportamento sull'ambiente. Quali sono i vantaggi delle balbuzie?, verrebbe da chiedersi, esiste una forma di strumentalizzazione? Diremo che il balbuziente – esprimendosi in quel modo così singolare e anomalo - impone la sua debolezza all'interlocutore e, così facendo, la trasforma in un punto di forza nella dinamica

¹³ Cadonici Paola, *L'Alchimia delle Balbuzie*, Rubettino Editore, Catanzaro, 2001

¹⁴ Strocchi Maria Cristina. *Balbuzie il trattamento cognitivo-comportamentale*, Edizioni Erickson, Trento, 2003

comunicativa. Chi sarebbe infatti capace di infierire su un avversario disarmato e palesemente più debole? E qual è il valore simbolico della strumentalizzazione della balbuzie? In linea generale, chi strumentalizza il proprio disagio, la sofferenza che i propri sintomi gli procurano, teme l'alterità e il confronto .

Bisogna fare uno sforzo con la memoria e tornare all'infanzia per capire un meccanismo subdolo: le attenzioni. Ciò che rende straordinaria la prima volta delle balbuzie che non riguarda l'inceppo sillabico in sé per sé, ma l'intensa reazione emotiva suscitata in chi ascolta, che va dallo sbigottimento al fastidio, all'ansia al tentativo di aiuto. Balbettare per la prima volta significa essere sbalzati come d'incanto, sul palcoscenico del primo piano familiare con tutti i riflettori puntati contro. Il collegamento inceppo-protagonismo, con il conseguente appagamento, si stabilisce velocemente, soprattutto se in famiglia circolano affetti conflittuali. La balbuzie offre su un piano d'argento la possibilità di riscatto: per i bambini che si sentono, a torto o a ragione, trascurati, e ai genitori, che covano nel profondo un inconfessato senso di colpa nei loro confronti. Chi cerca balbettando di ricreare la magia della prima volta, andrà incontro a pesanti frustrazioni. La prima volta delle balbuzie nasce all'insegna della casualità, ma tutta la vita successiva ne terrà conto nel bene e male.

Un altro effetto importante delle balbuzie è *l'evitamento delle responsabilità*.

Spesso chi balbetta non viene interrogato a scuola e viene agevolato perché, per molti insegnanti, è penoso e imbarazzante ascoltare un balbuziente che parla. La balbuzie diventa così una scusa per non affrontare le incombenze e per delegarle agli altri anche in età adulta. Si schiva il quotidiano, i rapporti interpersonali spaventano, il confronto diretto con gli altri spesso paralizza. E così ci si rifugia in sogni e fantasie, attendendo il momento giusto per compiere imprese straordinarie, capaci di riscattare tutto a un tratto le sofferenze vissute. Ma il momento giusto per attuare la tanto attesa rivincita sembra non arrivare mai, e così il ritiro in se stesso e il ripiegarsi sui propri sintomi, appare al balbuziente la "soluzione" migliore per affrontare il quotidiano. Soltanto nella relazione con l'altro, però, si nasconde la chiave per conquistare una rinnovata qualità della vita.

La balbuzie fa crescere con l'idea che l'interlocutore sia il nemico da combattere e la parola un campo di battaglia comunicativo. Il terrore di trovarsi con armi impari, per colpa di una bocca difettosa, costringe ad evitare ogni possibile occasione di incontro per eludere lo scontro e rifugiarsi in fantasie megalomani. Purtroppo l'esonero della comunicazione porta l'esonero dalla vita stessa.

Chi non impara a conquistarsi lo spazio comunicativo vitale con le proprie forze non diventa responsabile di sé e rischia di non scoprire mai se possiede i requisiti per farlo.

Non dimentichiamo poi che il sollievo dall'ansia è un altro importante effetto positivo della balbuzie che sopraggiunge quando il balbuziente è riuscito finalmente a pronunciare la parola temuta. La persona con balbuzie sa benissimo su quali parole balbeterà e più si avvicina a pronunciarle, più

aumenta l'ansia di riuscire. Quando finalmente, pur balbettando, è riuscita a dire la parola "critica", ottiene un potente rinforzo. Il calo di tensione mantiene tutto il processo .

Riassumendo, gli effetti che mantengono le balbuzie sono:

- *Attenzione e aiuto*
- *Evitamento delle responsabilità*
- *Sollievo dall'ansia dopo aver pronunciato le parole balbettate*

Cap. 4 Il blocco emozionale - Parole in trappola

Le emozioni e il tempo...un lusso negato

Il linguaggio è una codifica delle emozioni ed è un potente strumento con il quale creiamo la nostra "mappa del mondo" e la capacità di essere attivi e non passivi nelle relazioni verbali, scolastiche e sociali.

Il linguaggio è l'espressione fonetica del pensiero, frutto d'integrazione tra sistemi organici e psichici, la voce comunica sin dal primo vagito una "sintesi invisibile" di diversi atti, materializzando agli altri il nostro pensiero in tutta la sua poliedrica varietà.

Il linguaggio è.....

- *Il desiderio di comunicare emozioni.*
- *Richieste legate a necessità fisiologiche.*
- *Il desiderio di benessere.*
- *Il desiderio di "scoperta" del mondo esterno.*
- *La ricerca di gratificazioni positive.*
- *Il "benessere" nella relazione con l'ambiente circostante.*

La balbuzie è dotata di un potere ipnotico ed istrionico che non trova equivalenti nel mondo della disfunzione comunicativa. Dal punto di vista geografico il suo territorio è il mondo, poiché estende la sua influenza su tutte le cinquemila lingue parlate. Se seguiamo le sue tracce storiche la troviamo al tempo della filosofia antica, sulla bocca di Aristotele che pensava di avere una malformazione nella lingua. Leggendo la bibbia la troviamo sulla bocca di Mosè che si definiva impacciato di bocca e di lingua e si serviva del fratello Aronne per comunicare¹⁵.

Partendo da considerazioni etnolinguistiche, il linguaggio del balbuziente, fin dall'antichità è stato inquadrato come un tipo di linguaggio diverso da quello comunemente condiviso, acquisendo la connotazione di lingua straniera o addirittura considerata una doppia modalità di linguaggio.

¹⁵ La Bibbia, *Esodo 4,23*, cit., p.135

“Barbari”, d'altronde, erano per i greci i non parlanti il greco e barbaro significa balbuziente. La balbuzie è un disturbo che ha tormentato l'uomo fin dai tempi più antichi: perfino gli Egiziani la identificavano con un particolare geroglifico. Al tempo dei Romani i balbuzienti erano soprannominati " Balbus Blaesus " in riferimento alla loro lingua impedita e incespicante.

Nelle estreme situazioni di difficoltà emotiva, il linguaggio del balbuziente può apparire addirittura confuso, tanto da essere incomprensibile anche a sé stesso. Messo fortemente a disagio, non riesce a presentare un linguaggio accettabile e appare veramente in trance, lontano da quella capacità che invece rapidamente ritrova in condizioni di maggiore serenità e soprattutto non condizionato dal giudizio esterno.

Nella sofferenza comunicativa è racchiuso il segreto della nostra umanità.

La parola diviene prova tangibile dell'esistere nei pensieri altrui: se l'altro vuole comunicare con me e se mi pensa esisto. Ogni frammento di vita viene archiviato come parola, la carriera relazionale esordisce con la fiducia nella parola ma, nel corso della vita, finisce per imboccare la strada del silenzio. Alle prime delusioni comunicative si è indotti a pensare che basti trovare l'interlocutore “giusto” ma, dopo tante esperienze con persone “sbagliate”, la base della fiducia iniziale è seriamente minata da riserve ed eccezioni.

La certezza di poter essere capiti a parole, si trasforma da assoluta a prudente, poi gradatamente la certezza diviene speranza ed infine si fa strada una nuova dolorosa certezza “l'altro sente ma non intende”. La balbuzie che vuol tenere il piede in due staffe, quella della parola e quella del silenzio, può diventare uno spaccato interessante sul frammento di umanità chiamato comunicazione.

Difatti la balbuzie è soprattutto un problema di comunicazione e ciò significa che a chi balbetta non capita di balbettare in modo continuo, con tutti o sempre allo stesso modo, ma vi è una sorta di variabilità, che fa emergere questo problema soprattutto in presenza di determinati interlocutori e situazioni. Ciò comporta che una persona si può trovare in difficoltà durante un esame universitario, ma subito dopo può parlare fluentemente con l'amico, oppure può essere disfluente con un negoziante, per poi tornare a casa e non avere alcuna difficoltà a parlare con la madre.

Questo ci fa capire che la parte emozionale gioca un ruolo molto significativo nel l'evolversi della sindrome e soprattutto che la comunicazione può, in certi casi, risultare assai complicata e che spesso la persona che balbetta sviluppa la sensazione di un'estrema frustrazione che deriva dal non riuscire a portare a termine l'intenzione comunicativa. Un balbuziente una volta ha detto «Mi sembra come se ci fosse un diavoletto che mi fa un dispetto, non riesco a capire perché in alcuni momenti parlo bene e in altri faccio così fatica...».Infatti una delle cose che maggiormente disorienta chi balbetta è l'imprevedibilità e il senso di impotenza per non essere in grado di gestire quello che gli succede quando si balbetta e di conseguenza la comunicazione. Si può attraversare mesi di buona fluenza per poi ricadere inaspettatamente, senza preavviso alcuno, in altrettanti lunghi periodi di blocchi continui e invalidanti.

In tutti i Paesi del mondo esistono emozioni che vengono espresse nello stesso modo (rabbia, piacere, vergogna, ecc.). Ma ogni persona sente le emozioni in modo e con intensità diversa.

Le Emozioni sono la risposta psicofisiologica a eventi interni o esterni e questa risposta può esprimersi in molti modi. Esiste una espressione interna (accelerazione o rallentamento del battito cardiaco, dilatazione pupillare, tremori, iperattività gastrointestinale, ecc.) e una espressione esterna (postura corporea, mimica facciale, tono della voce).

In alcuni casi le emozioni nascono di fronte a situazioni nuove o impreviste. In altri casi attivano o bloccano ogni azione. Il modo in cui la persona vive internamente l'emozione è soggettivo, mentre il modo in cui la esprime esternamente è appreso dal contesto familiare e culturale. Le emozioni di base sono: paura, rabbia, distacco, piacere, quiete, vergogna, attaccamento. Esse nascono tutte entro il primo anno di vita come risposta ad un evento biologico, che, generalizzato, diventa un modo di sentire e comportarsi tipico.

L'emozione, al giorno d'oggi, sta diventando un lusso temporale e l'era tecnologica è troppo povera per potersela permettere. L'emozionalità, accentuata nelle balbuzie, viene inibita (in quanto fa perdere tempo all'azione) e di conseguenza diventa uno stato interiore da evitare. *La balbuzie ha paura dell'emozione perché scardina la razionalità e mostra aspetti personali nascosti*¹⁶.

Un bambino che balbetta chiede tempo e, se viene liquidato con parole dette al posto suo, balbeterà sempre più per avere quello che gli è stato negato.

In questo modo la comunicazione entra in una specie di spirale fatta di richieste sempre più protratte e risposte sempre più frustranti. Si alleva così, in solitudine, il proprio mondo interiore e tutte le energie sono convogliate nell'immaginazione, nei sogni ad occhi aperti che rischiano di diventare una vita parallela a quella reale o addirittura interscambiabile.

Alcune ricerche condotte su soggetti disfluenti in età prescolare mostrano l'esistenza di differenze di attitudine e situazionali rispetto ai normofluenti. (Conture, 2001; Karrass et al, 2006; Conture & Curlee, 2007). Alcuni casi hanno dimostrato come i bambini disfluenti mostrassero maggiori gradi di reattività emozionale, ovvero risposte emozionali più forti rispetto ai normofluenti in risposta a conversazioni usate come stimolo di emozioni positive (gioia) o negative (rabbia). La maggior parte delle ricerche hanno così evidenziato come il grado di regolazione delle emozioni dei bambini disfluenti, unitamente alla loro modalità di reazione a situazioni emotivamente coinvolgenti , influenzino la frequenza, durata e severità della balbuzie nella conversazione.

Un'emotività, che si traduce in ricchezza interiore ed una sensibilità molto spiccata che male si coniugano con la comunicazione sbrigativa ed un'attenzione sommaria che tante volte ci impone la società odierna. La fretta e gli impegni possono portare ad indurre a considerare una persona

¹⁶ Cadonici Paola, *L'Alchimia delle Balbuzie*, Rubettino Editore, Catanzaro, 2001

complessa (come lo è un disfluente) un soggetto complicato; le semplificazioni quotidiane portano più a tagliar corto o a viziare che a soffermarsi per capire. Nell'era dell'efficienza è importante quanto si produce, non come si è. Viene chiesto di far funzionare l'intelligenza, non l'emotività che fa perdere tempo all'azione. Una persona che balbetta chiede tempo e, se viene liquidato con parole dette al posto suo, balbetterà sempre più, per avere quello che gli è stato negato.

Quello che definiamo "blocco" è la paura di non farcela, il non credere nelle proprie potenzialità, che si traduce ben presto nell'evitare di dire certe parole, perché considerate minacciose o difficili da verbalizzare, che saranno sostituite con altre che sembrano più rassicuranti e più facili.

La persona balbuziente presenta una certa rigidità, non solo nella capacità di espansione e propensione ad entrare naturalmente nelle relazioni umane, in quanto è proteso a credere di non avere i mezzi per argomentare adeguatamente, ma soprattutto fluidamente. Padri assenti e emotivamente, fragili o autoritari, capaci prevalentemente di esigere senza mai porsi come valido punto di riferimento affettivo. Madri iperprotettive che lasciano intravedere un desiderio di realizzazione del figlio ma con un celato attaccamento morboso nei suoi confronti, in un sottile gioco di seduzione e di abbandono. La sensazione interna che si può scatenare nel vivere queste condizioni così sofferte è l'aggressività.

Balbuzie come sfiato della tensione interna

L'aggressività non è altro che una reazione ad uno stato di grande frustrazione connessa ad una condizione di grande conflittualità. Più è alto il grado di conflitto, più non si può gestire tale contrasto e più aumenta la tensione. Il sintomo balbuzie diviene così uno sfiato di questa tensione interna. La persona attua una serie di strategie per isolare emotivamente la sua forte emozione, controllare tutto il lato emotivo di sé, a scapito anche della sua autenticità e spontaneità.

Egli non ha imparato nel tempo a fare la giusta distinzione tra l'esperienza originaria (causa del sintomo) e le altre conseguenti e successive esperienze negative (brutte figure, derisioni etc) . Opera così costantemente un'azione di generalizzazione, dal controllo della parola il controllo si estende alle altre sfere dell'emotività, imprigionando buona parte della propria capacità di sentire la propria emotività in maniera serena ed autentica.

La rabbia del balbuziente non è altro che quell'energia che serve nel vivere quotidianamente, quella capacità di affrontare le relazioni umane con fiducia e determinazione. Se questa energia subisce delle distorsioni cognitive di base, invalida successivamente le emozioni e i comportamenti che ne conseguono instaurando così il problema.

Possiamo contraddistinguere la carica aggressiva come un'espressione delle energie vitali che sono presenti in ogni uomo. La carica aggressiva è una forza positiva, una fonte vitale interiore all'uomo,

che lo rende vivo e gli da forma. Una forza vitale come “potere di essere”, attraverso cui l’uomo realizza se stesso, prende in mano la sua vita e realizza se stesso.

E’ bene quindi che, più che tenerla inibirla e tenerla sotto controllo, come cerca di fare in modo vano la persona balbuziente, l’aggressività venga canalizzata ed indirizzata verso una meta, un obiettivo.

Il balbuziente vive con molta parsimonia le proprie emozioni, proprio perché attua quei meccanismi di controllo sulla sua sfera emozionale. Il controllo è frutto della paura vissuta o della minaccia reale o presunta che incombe. Più l’esperienza è ansiogena e più la barriera che si erge a controllo diviene elevata e direttamente proporzionale, investendo una buona parte delle risorse psichiche.

Quando l’ansia raggiunge picchi elevati, si interrompe il flusso respiratorio, alterando l’atto verbale. Le contrazioni dal diaframma tendono ad espandersi verso la parte superiore del corpo. Il blocco non è solo quindi nella parola, ma lo possiamo notare anche a livello corporeo attraverso un aumento di arousal; eccessiva sudorazione, aumento del battito cardiaco, difficoltà respiratorie, calo del timbro di voce, confusione mentale. Così la conversazione a scatti, il blocco dei muscoli addominali e del diaframma è paragonabile ad un’aggressività che vorrebbe uscire, ma non ha il coraggio, dunque rimane ogni volta bloccato a livello di corde vocali.

L’ansia, la fobia di parlare, perfezionismo, senso di colpa, paura del giudizio, sono problemi mantenuti da modi di pensare errati e profondamente radicati.

I nostri pensieri condizionano il nostro eloquio. Chi balbetta si esprime spesso con se stesso in questa maniera: "non parlerò bene, me lo sento!". Bisogna invece imparare a parlarsi in maniera positiva ed incoraggiante, come quando si conversa con un buon amico. E' come se ad un amico balbuziente, che deve andare a parlare in pubblico, gli si sussurrasse all'orecchio “tu balbetterai...”. Allora si che parlerebbe peggio del previsto!. Quindi quello che si deve imparare a fare è quello di evitare pensieri negativi, rinnovandoli al fine di agire in maniera sempre più rilassata, evitando particolari forme di ragionamento errato e distorsioni cognitive.

4.1 Favorire l'attenuazione di emozioni negative e l'adozione di comportamenti comunicativi e verbali più adeguati

“Attento a come parli... con te stesso”

Risulta evidente, quindi, la necessità di interrompere i legami tra emozioni e comportamenti verbali-comunicativi negativi, per aiutare la persona balbuziente a sentirsi meglio quando parla, nelle diverse situazioni comunicative e a partecipare con facilità e senza limitazioni alle attività della vita quotidiana.

Non possiamo chiedere ad una persona di non provare un'emozione. Quindi, per quanto questa possa avere conseguenze negative, non c'è nulla di sbagliato nel fatto di percepirla, anche se il disagio e lo sconforto possono farci desiderare di togliere rapidamente la persona dalle difficoltà, spingendoci a trovare soluzioni rapide per stare meglio.

La balbuzie ha una "logica" e una "componente irrazionale" da non sottovalutare. La persona che balbetta deve essere aiutata su tutti i fronti e sempre con diverse tecniche che, sinergicamente, dovrebbero sollecitare tutti i canali comunicativi.

La persona che balbetta ha una serie di idee, convinzioni e modi di pensare che contribuiscono a mantenere il suo disturbo, il suo disagio e la sua sofferenza.

Infatti sentimenti, emozioni e comportamenti possono essere influenzati negativamente da particolari forme di ragionamento errato che prendono il nome di distorsioni cognitive; è quindi necessario correggere il modo sbagliato di vedere il mondo, per migliorare lo stato d'animo. Ellis (1993) ha dimostrato che le persone ansiose o comunque con una bassa autostima, hanno nel loro dialogo interno alcune idee che devono essere confutate e sostituite con altre più razionali e realistiche¹⁷.

- *Bisogna essere amati, approvati e accettati da tutti;*

L'idea positiva e realistica, da sostituire a questa, potrebbe essere: “ Non posso essere amato ed approvato da tutti perché, se così fosse, sarei privo di personalità”. Ad esempio una persona con una certa idea politica sarà approvata da coloro che appartengono al suo partito e sarà disapprovata da altri. Un individuo che porta avanti con coerenza le sue idee, alla lunga sarà stimato anche dagli avversari; mentre colui che cambia opinione a seconda delle circostanze sarà disprezzato.

¹⁷ Strocchi Maria Cristina. *Balbuzie il trattamento cognitivo-comportamentale*, Edizioni Erickson, Trento, 2003

- *Bisogna essere sempre all'altezza delle situazioni per considerarsi degni di valore.
Non si può sbagliare;*

Tale concetto rivisto in chiave positiva potrebbe essere: “ Siccome sono un essere umano posso sbagliare senza considerarmi per questo privo di valore”. Quando siamo paralizzati dalla paura di sbagliare, dobbiamo ripeterci: “ Se non provo, sicuramente non cresco come individuo. Se invece provo, ho due possibilità: che vada bene o vada male. Nella seconda ipotesi potrò imparare dai miei errori ed migliorare. D'altronde sbagliando si impara.

- *Il passato e il carattere sono come un marchio indelebile.*

Sono errate delle espressioni del tipo: “Non posso cambiare il mio carattere”, “Il mio passato, la mia infanzia sono un marchio indelebile” queste frasi sono una scusa che forniamo a noi stessi per non modificarci, perché cambiare alcuni aspetti della nostra personalità richiede uno sforzo notevole.

- *Chi fa soffrire gli altri sarà punito*

Si afferma così che “E’ giusto che non calpesti i diritti degli altri ma non è giusto che vada contro me stesso per soddisfare i bisogni degli altri”. Solo imparando ad amare e rispettare me stesso, potrò costruire rapporti sani e soddisfacenti con gli altri

- *Me la sentivo che sarebbe andata male*

Si è condizionati da un ragionamento emozionale: credere che qualcosa debba essere vero perché viene percepito come tale. Il fatto che noi sentiamo non significa che ciò dovrà verificarsi. A volte le emozioni ci guidano, senza che ce ne rendiamo conto e ci comportiamo di conseguenza. Ad esempio il fatto di provare ansia viene visto come prova del fatto che c’è effettivamente bisogno di preoccuparsi.

E’ importante quindi, riconoscere come e in quale misura tali distorsioni cognitive influenzino il nostro modo di vedere e di pensare la realtà: perché il disagio nelle sue diverse forme (fobie, fobia sociale, manifestazioni di ansia, depressione, disagio esistenziale, insoddisfazione, difficoltà di adattamento al cambiamento, timidezza eccessiva ecc.) nasce quando i nostri schemi cognitivi di riferimento diventano inadeguati, irrealistici e rigidi.

E’ importante quindi :

Riconoscere convinzioni e pensieri disfunzionali che sono alla base del disagio e *modificarli* sostituendoli con affermazioni ed interpretazioni maggiormente realistiche, elastiche e funzionali.

La prima interpretazione che di solito viene data di un evento potrebbe essere quella non corretta. Purtroppo spesso non siamo flessibili e non solo pensiamo che la prima interpretazione sia quella giusta, ma spesso non pensiamo nemmeno che potrebbero essercene delle altre. Questo accade perché non siamo stati educati alla flessibilità, ma alla rigidità di pensiero. Una volta appreso, questo modo

rigido di pensare diventa difficile da sradicare. Purtroppo, però la prima interpretazione di un evento è spesso la più errata. Perciò è necessario imparare a sospendere il giudizio finché non si saranno ottenute maggiori informazioni e, di conseguenza, la situazione verrà percepita in modo più obiettivo.

Il balbuziente rivela sempre molto poco di sé e, del resto, non potrebbe essere altrimenti: come si potrebbe parlare di sé non riuscendo a completare le frasi che sarebbero necessarie per raccontarsi?

La balbuzie crea un vuoto molto difficile da colmare se non attraverso le parole.

Si tratta di un vuoto fatto di imbarazzo, di emozioni invalidanti che mascherano l'autenticità della persona, visto che, non dimentichiamolo, la balbuzie ama tenere il piede in due staffe: la parola e il silenzio.

Dinanzi ai continui inceppamenti e stenti del balbuziente, l'interlocutore, in genere, non prova nemmeno a scoprire la realtà dell'altro: si lascia pervadere dalla pietà e dall'imbarazzo. Ma non vi è errore più grande, perché indietreggiare dinanzi all'invasione della balbuzie significa lasciarle campo libero e, quindi, enfatizzarne la vittoria.

4.2 La balbuzie.....Un iceberg misterioso.

Dalle emozioni alle tipologie di personalità Prepos



Comprendere le profonde ripercussioni emotive della balbuzie non è cosa facile, Joseph Sheehan , eminente terapeuta del linguaggio (USA) e balbuziente egli stesso, conio la metafora dell'iceberg¹⁸, utilissima a chiarire a chi è fluente gli aspetti paralizzanti sottesi al disturbo.

Nell'iceberg esiste una parte emersa che, nella balbuzie si esprime con blocchi e ripetizioni nel parlato, ma la massa più grossa è quella sommersa non visibile. Ansia, vergogna frustrazione, senso di colpa, rabbia trattenuta (perchè a me?), evitamento, nervosismo, umiliazione, sensazione di non avere il controllo della propria vita. Solo per citarne alcuni. Molte persone che balbettano costruiscono nel tempo questi meccanismi emozionali semplicemente spinti da necessità di sopravvivenza. Prima che si scoprissero le componenti biologiche nella genesi del disturbo si è ipotizzato che le cause fossero da imputarsi a fattori emozionali, mentre ne sono invece una diretta conseguenza. La paura del blocco causa stress che a sua volta produce una scarica di adrenalina, che inevitabilmente va ad influire nella performance, peggiorando la situazione. Credendo che la balbuzie sia un disturbo di origine psicologica chi balbetta subisce una sorta di giudizio sociale, che non può che implicare sensi di colpa, peggiorando la stima di sé ed il proprio senso di essere nel mondo.

Ogni essere umano sperimenta più frequentemente una delle sette emozioni di base (con le sue diverse intensità e sfumature), che si delinea con il tempo con una personalità ben definita, peculiare di quell'individuo. Le emozioni sono le risposte dell'organismo a stimoli interni ed esterni, a ciò che accade dentro o fuori noi. In quanto risposte a stimoli , di per sé, non possono essere definite né positive, né negative: tutt'al più le possiamo definire gradevoli o sgradevoli. La gamma delle emozioni sperimentabili dall'essere umano è pressoché infinita sia per intensità, sia per sfumature.

Le sette emozioni di base, su cui si fonda la teoria di PREPOS¹⁹, la paura, la rabbia, il distacco, il desiderio, la quiete, la vergogna, l'attaccamento, corrispondono alle emozioni sperimentate dal

¹⁸ www.balbuzienti.info

bambino entro il primo anno di vita. Le diverse emozioni si innescano dalle sensazioni e diventano una particolare forma del “sentire”; un sentire interno che diventa personale filtro nel rapportarsi con gli altri, al mondo e a sé stesso. Premesso che ogni persona utilizza tutte le emozioni anche se in modi e quantità differenti, vengono qui di seguito analizzate le sette personalità dell’artigianato educativo PREPOS, derivanti dalle sette emozioni di base: Avaro, Ruminante, Delirante, Sballone, Apatico, Invisibile, Adesivo. Queste sono proposte sia nella loro componente negativa, per comprendere quali sono gli elementi che si oppongono ad un equilibrio personale, che in quella positiva, per capire e dare significato all’evoluzione che ciascuna emozione potrebbe avere se ben orientata. La personalità può subire delle modificazioni nel tempo; tuttavia, l’emozione di base da cui si è originata può ridursi, non sparire del tutto, tranne nei casi di eventi fortemente traumatici o di malattie neurologiche gravi. Il profilo di personalità deriva, dunque, da un sottofondo emozionale caratteristico di quella persona e determina una serie di strategie comportamentali ad essa congeniali.

Paura - Avaro – Responsabilità

PAURA: è il prodotto del dolore. La sensazione di dolore più comune, sperimentata nei primi giorni di vita, è il dolore intestinale, che precede e accompagna lo svuotamento dell’alvo. La perdita delle feci e la sensazione di vulnerabilità che tale condizione determina, innescano il processo di formazione della paura.

AVARO : Dall’emozione della paura deriva la personalità dell’avarò, La personalità dell’avarò si è formata intorno ai diversi modi di respingere, controllare e gestire la paura. L’uomo sperimenta la paura come conseguenza dell’esperienza del dolore. Con il termine “avarò” si intende una persona circondato da difese costruite affinché nulla, dall’esterno, possa penetrare dentro la sua persona, ferendola. Egli costruisce le sue difese in virtù della sua vulnerabilità: tanto più si sente vulnerabile, tanto più si chiude a riccio, trattenendo ogni cosa al suo interno. Il mondo interiore dell’avarò, con il quale non è in contatto, è un sistema di organizzazione del controllo. E’ preciso, ordinato e meticoloso; ha molta stima di sé cerca di avere il massimo controllo sulla realtà circostante a causa della costante preoccupazione di non essere in grado di risolvere gli imprevisti e di non avere sufficienti difese per proteggersi. L’avarò è la persona ansiosa, che a causa dell’ansia rimane bloccata sulle stesse cose per anni. Nonostante la sua costante ansia, può apparire equilibrato e controllato, in grado di gestire ogni situazione, anche se teso e contratto. Ogni attività gli costa una gran fatica, dal momento che ha paura di essere criticato, anche quando ha svolto ogni azione in modo accurato. E’ un brontolone, che preferisce star fermo piuttosto che sbagliare. Difficilmente sbaglia; ma quando accade, è sempre a causa della sua paura di commettere errori. Per predominare utilizza gli errori altrui mettendoli in luce con puntigliosa chiarezza. E’ rispettoso delle regole, preoccupato di difendere il suo ruolo e la sua

¹⁹ Masini Vincenzo, *Dalle emozioni ai sentimenti. Manuale di artigianato educativo e di counseling relazionale*, Nuova Edizione. Edizioni Pre.Pos., Terni, 2009

posizione. L'avaro si inganna considerando amore verso gli altri la sua ansia di controllo. Il suo è un amore manipolatorio perché non è mai incondizionato. Se non ottiene ciò che vuole diventa piagnucoloso, si lamenta di non essere amato abbastanza per tutto ciò che fa. I possibili tratti caratteristici del disagio sono: la vulnerabilità, l'inquietudine, l'insicurezza, il possesso, le difese dell'io, l'autoreferenzialità, l'egoismo, l'ansia, l'ossessione, la mania, la cocaina, l'oppressione, il dominio, il controllo

Le risorse dell'avaro

Il valore che contraddistingue l'avaro è la responsabilità, cura e attenzione; egli non "ha la responsabilità di" ma "sente" la responsabilità delle cose e delle persone che gli sono affidate. Inoltre possiede straordinaria capacità organizzativa. Esprimerà tutto ciò solo quando avrà rotto il guscio ed avrà accettato i sentimenti, imparando così la tolleranza, la generosità nei confronti di sé e degli altri.

Rabbia - Ruminante – Giustizia

RABBIA: è il processo di caricamento di energie interne per esprimere il risentimento, la stizza di non aver esaudito un bisogno: il bisogno di attenzione affettiva o nutrimento prima di tutto.

RUMINANTE: Dall'emozione di base dell'aggressività prende forma la personalità del ruminante, caratterizzato da uno stile comunicativo carico di energia. Ha una voce interna che non tace mai. La carica interna che mobilita le sue risorse e spinge all'azione è percepita come un'emozione intensa: quando si arrabbia sta bene, vive la pienezza di vita. Se la rabbia si spegne, ha paura di spegnersi. L'energia è una carica interiore, che deriva da un ostacolo che non gli ha permesso di "andare verso la meta", che si auto alimenta e spinge all'azione. Tale carica si trasforma in rabbia, quando l'ostacolo permane e il bisogno viene frustrato. Egli tende ad accrescere le energie interne attraverso il rimuginare, tornando costantemente con il pensiero sull'accaduto ed arrabbiandosi sempre più. La rabbia può esplicitarsi in aggressività quando la persona anticipa dentro di sé la soddisfazione che gli avrebbe procurato il raggiungimento della meta. Egli si sente frustrato nell'essere impedito e di sbattere contro una barriera per lui inviolabile. Se non ha imparato a gestire la sua carica interna, diventa aggressivo e violento, paranoico, oppure depresso, quando scarica contro se stesso la rabbia fino all'autodistruzione. I possibili tratti caratteristici del disagio sono: lo sdegno, la reattività, l'autocaricamento, l'irritazione, la rabbia, la collera, l'ira, l'aggressività verso gli altri, la violenza, la depressione, la ribellione, il pregiudizio razziale, il conflitto sociale, le tifoserie sportive, la cultura del conflitto.

Risorse del Ruminante

La rabbia, nella sua forma positiva, si trasforma in coraggio, impegno, desiderio di giustizia ed entusiasmo e ha lo scopo di esprimere il risentimento per bisogni non soddisfatti. Tuttavia, in ragione

delle ingiustizie che subisce (sono sempre gli altri che traggono vantaggio dalle sue energie) diventa ancor più ruminante e reattivo alla vista dei torti subiti. Anche in questo caso si sdegna e si irrita facilmente e facilmente esplose in crisi di rabbia. E' un trascinatore e riesce a trasmettere motivazione al lavoro, ma troppo carico com'è senza pazienza, frettoloso, difetta di capacità organizzative e, pur spendendo molte energie, viene scavalcato da soggetti molto più attenti di lui.

Distacco - Delirante – Libertà

DISTACCO : Il distacco è l'emozione della separazione, della libertà da ogni vincolo. La sorpresa, l'intuizione, implicano il riconoscimento della distanza tra sé e l'altro (o tra il sé e una parte di sé, mentale e corporea. Si può esprimere nel suo manifestarsi come sorpresa o disgusto.

DELIRANTE: Dall'emozione del distacco prende forma la personalità del delirante, che si esprime attraverso la libertà, la curiosità, l'estrema capacità di autodeterminazione, pensiero creativo e divergente; ma proprio questo comporta dispersività, pensiero dissociato, lontananza anche da sé; l'eccessiva libertà che può condurlo sino all'eremitaggio o all'emarginazione sociale. Questo bisogno di libertà lo porta a rifugiarsi in un mondo di pensieri e fantasie, distaccandosi dal mondo delle relazioni e degli oggetti, da una realtà troppo limitante. Trae soddisfazione dalle nuove intuizioni che riesce ad avere. La sua intelligenza non si fonda sul calcolo e sulla razionalità, al contrario cerca soluzioni complesse anche se inutili o controproducenti. Il suo modo di analizzare la realtà si basa sull'intuizione, cioè la capacità di separarsi dal modo tradizionale di leggere le cose, cercando soluzioni originali, ma rischiando di perdere il senso del confronto, fino ad arrivare alla superbia dell'intelligenza. Per questo non riesce ad essere facilmente comprensibile e difetta di concretezza e praticità. Non riesce neanche ad avere un buon controllo sul suo corpo (che appare disarticolato), sui capelli (spesso scompigliati), sul suo non verbale (incoerente con il verbale).

Spesso lo spazio in cui si muove è disordinato e caotico, pieno di cose diverse, a cui cambia destinazione d'uso a seconda delle esigenze. L'eccessiva stima di se stesso, l'esagerata fiducia nei propri mezzi, la sottovalutazione dei propri errori, attribuiti alla non comprensione degli altri, la presunzione di essere nel giusto e superiore rispetto agli altri, la mancanza di umiltà, lo può condurre alla superbia. L'iper-creatività lo porta spesso alla confusione, una eccessiva proliferazione di idee ed emozioni che sono accompagnate dalla frustrazione di non essere compresi.

Risorse del Delirante

Nella sua forma evoluta il delirante è una persona libera, autosufficiente, capace di gestire la propria solitudine, dotato di un buon livello di autostima ed estremamente acuto e originale, portatore di ingegno. E' intuitivo e creativo, non è accolto con tenerezza, ma apprezzato per la sua intelligenza. Ciò lo porta a concepire il mondo mediante gli strumenti della comprensione e non quelli dell'affezione.

Piacere- Sballone - Generosità

PIACERE: L'insaziabilità emozionale è intimamente connessa alla perdita di confini e alla sensazione di essere un tutt'uno con l'altro.

SBALLONE : Dall'emozione del piacere deriva la personalità dello sballone, emozionale, anche detto effervescente, con uno stile comunicativo coinvolgente. Questo tipo di personalità è alla continua ricerca di emozioni intense, in un'oscillazione costante tra angoscia e piacere, orientato com'è verso l'armonia e la gioia. E' la ricerca di intensità emotiva momentanea, in cui affogare e fondersi per non sentirsi in profondità. Il "lasciarsi andare", il coinvolgimento emotivo e la fusionalità sono alla base del comportamento dello sballone. È sempre alla ricerca di esperienze piacevoli, personali, irripetibili, a cui non sa dare stabilità. Nella forma immatura questa tipologia si esprime con narcisismo, incoerenza e volubilità, incontenibilità, scarsa capacità di concentrazione. Inoltre, è utile insegnargli a gustare il sapore delle cose che sta facendo e a godersi la soddisfazione dei traguardi raggiunti. E' necessario imporgli di fare una cosa alla volta e di portare a termine quello che ha cominciato. Nel gruppo di amici incanta tutti e coinvolge, proponendo mille iniziative, di cui dimentica di seguire la realizzazione, perché attratto da altre. E' il seduttore per eccellenza, che flirta con tutti, accendendo una scia di emozioni e, talvolta, illudendo anche se stesso. Lo sballone cerca sempre di vivere in un tutt'uno con l'altro, alla ricerca di emozioni intense. D'altra parte riceve la sua identità dall'esterno; fin quando non è evoluto, da solo sta male, sente il vuoto, la noia, l'angoscia, ha bisogno di relazioni e cose esterne, che lo riempiano. E' romantico, appassionato, spontaneo, ma privo di stabilità. Sta bene quando è in attesa dell'emozione, ma quando finisce lo pervadono la malinconia, il pessimismo se non addirittura l'angoscia. I possibili tratti caratteristici del disagio: l'insaziabilità emozionale, lo sballo, la ricerca di piacere, del superficiale e dell'effimero, il vuoto esistenziale, l'angoscia, l'isteria.

Risorse dello sballone

Il valore che contraddistingue lo sballone è la disponibilità incondizionata. Nella forma evoluta questa personalità si esprime con la generosità, con il carisma, con lo slancio e l'attrazione verso gli altri, la fantasia, l'entusiasmo e la felicità. E' un grande animatore, poeta e musicista, sa toccare le corde dei sentimenti e sa trasportare, nel suo slancio di amore, le persone più chiuse e fragili. E' immediatamente simpatico e produce la disposizioni alle relazioni anche nei soggetti più difficili da avvicinare.

Quiete – Apatico - Pace

QUIETE: è, in prima spiegazione, l'assenza di emozioni percepite, lo stato di spegnimento di ogni energia e tensione. Essa diventa però un movimento teso a spegnere tutto ciò che disturba la quiete.

APATICO : La quiete è l'emozione che determina la personalità dell'apatico, che è un tipo adattabile e accomodante, un saggio portatore di pace. Flemmatico, demotivato e indolente; può essere tanto pigro da odiare i conflitti, solo perché lo agitano e disturbano la sua quiete; c'è la fuga dagli impegni e dalla realtà attraverso l'incantamento, attraverso l'anestesia emozionale e l'indifferenza. E' inattivo, manca di motivazione, è rigido e tende a non rendere oggetto il suo personale vissuto, chiudendosi così al coglimento empatico del vissuto altrui. Riesce così a diventare insensibile agli stimoli e alle sensazioni in modo da non doversi coinvolgere. Si può scivolare nell'apatia quando non si sono ricevuti sufficienti stimoli e spinte alla motivazione, o quando i propositi o gli impegni assunti sono stati ripetutamente squalificati. Il copione dell'apatico può essere la conseguenza dell'indifferenza con cui è stato cresciuto un bimbo. L'apatico si avvolge nei suoi pensieri, egli pensa ma non agisce. Non riesce a tener dietro a più cose contemporaneamente perché è rigido e non vuole cambiare i propri ritmi, di fronte a situazioni critiche si dichiara inadeguato e si appoggia a coloro che lo circondano lamentandosi per il suo senso di impotenza e di debolezza.

Tutto questo però non porta la quiete, ma un forte senso di vuoto ed una penetrante tristezza fino ad arrivare all'astenia che lo fa cadere nella noia per la mancanza di impulsi. I possibili tratti caratteristici del disagio possono essere: l'apatia, la pigrizia, la fuga dagli impegni, la demotivazione, il parassitismo emozionale, l'astenia, la coscienza sonnolenta, l'oblio, l'eroina, il soggetto abulico, l'autoanestesia. La sua vita è piatta ma non sente l'esigenza di modificarla perché occorrerebbe la fatica di accendersi di motivazione o sperimentare l'ansia del cambiamento.

Risorse dell'Apatico

L'Apatico ha come valore di riferimento la quiete. Ma la quiete si può raggiungere attraverso percorsi diversi, passando dal piacere che calma, oppure dal distacco che spegne le emozioni. E' un tipo calmo, che gestisce bene le emergenze e tranquillizza in momenti di panico, si rilassa e dona pace a se stesso e agli altri. E' capace di non lasciarsi coinvolgere dai conflitti e di spegnere le tensioni intorno a lui, sa trasmettere la pace intensa come trasformazione al positivo di tutte le emozioni di base conosciute. Ha trasformato la rabbia in impegno, la vergogna in umiltà, il piacere in condivisione emotiva, la dissociazione in libertà, riuscendo così a conquistare la vera quiete attiva e contemplativa che è un rapporto di amore con il mondo tutto. Si è trattenuto dall'andare oltre, ha gustato il piacere senza precipitare nell'angoscia, consapevole che senza la fusionalità temporanea con gli altri che vivono il piacere, esso è evanescente.

Vergogna - Invisibile – Umiltà

VERGOGNA: è intesa come l'esposizione alla percezione del mondo, connessa alla sensazione di essere "gettato nel mondo" e corrisponde al movimento di ritirarsi e scomparire, perché si ritiene inadeguato ed inferiore agli altri. E' una delle due possibili reazioni di fronte al dolore. La prima, la paura, mobilita i dispositivi di difesa e di scudo contro il pericolo e il dolore, la vergogna invece, si esprime nel ripiegamento e nell'assorbimento del dolore, fino a farlo diventare interno al sé. La condizione del soggetto imprigionato nella vergogna è caratterizzato dall'assenza di attivazione ed una miscela di aurosal, inibizione e controllo. La vergogna e' un'emozione che produce risposte involontarie all'organismo (l'arrossire è la più eclatante), che non riescono ad essere inibite per un processo paradossale: il tentativo di inibire e controllare, non fa altro che manifestare l'esistenza di quel qualcosa che si vuol inibire. Da ciò il processo di rinforzo che conduce a vergognarsi di essere una persona che si vergogna. Sinergicamente a tale processo aumentano le manifestazioni di aurosal emozionale, più si cerca di controllare e inibire le risposte espressive-facciali, più aumenta la sua sensibilità.

INVISIBILE : Dall'emozione di base della vergogna si forma la personalità dell'Invisibile, che si esprime attraverso l'empatia e l'umiltà.

L'invisibile è un introverso che non riesce a gestire la sua sensibilità perché i significati, che dà alle cose che succedono sono troppo carichi di simboli inquietanti. Per questo si sente piccolo e indifeso, inferiore agli altri e incapace, inutile ed intrappolato nella vergogna o nel panico.

La sua sensibilità lo può condurre a vissuti di chiusura e timidezza estreme, nei quali rischia di rimanere intrappolato. Non è mai a suo agio, soffre quando è obbligato ad improvvisare le sue reazioni. Evita il confronto, la relazione con gli altri anche se non ama la solitudine. La sua solitudine è conseguenza della sua fuga: piuttosto che agire si nasconde ed osserva con ammirazione ed invidia coloro che sanno stare in società. E' umile e mai appariscente, riservato e poco propenso alla promozione di sé. Non cura molto il suo aspetto fisico, in parte per sottovalutazione di sé, in parte perché spera di passare inosservato. I possibili tratti caratteristici del disagio sono: la mancanza di autostima, il senso di inadeguatezza, l'insufficienza del sé, la vergogna, la voglia di scomparire, il complesso di inferiorità, l'alcolismo, la fobia. La sua è un'intelligenza musicale, la sede della sensibilità impronunciabile e inesprimibile in altri linguaggi.

Le risorse dell'invisibile:

L'invisibile, in virtù della sua grande sensibilità ha una grande capacità di sopportazione del dolore e della sofferenza. Egli non frappone alcuna barriera fra sé e il dolore, lo incamera e si lascia annientare senza lamentarsi. Il dolore inizialmente lo schiaccia, poi lo depotenzia, lo rende quasi evanescente. Ma poi scompare e lo lascia con una esperienza che lo spinge a fare qualcosa per gli altri. Ha un'enorme capacità empatica, così acuta da riconoscere la sofferenza altrui anche quando è nascosta o mascherata. Il rapporto di aiuto di cui l'invisibile è capace si fonda sull'umiltà, in ragione della concretezza, a cui lui fa sempre riferimento e della condivisione, perché riesce ad immagazzinare informazioni sugli altri con grande capacità di ascolto e grande memoria.

Attaccamento – Adesivo - Fedeltà

ATTACCAMENTO: è l'emozione che implica sazietà affettiva, nutrimento, sicurezza avvolgente.

ADESIVO: L'emozione dell'attaccamento (il bisogno di affetto) la ritroviamo nella figura dell' adesivo. Questo tipo ha sempre bisogno di essere visto, guardato, riconosciuto. L'attaccamento è una sensazione connessa al movimento dell'Io "andare verso", per ottenere grazia dalla vicinanza. Il suo bisogno di affetto si trasforma in affanno, il cui motore è il bisogno di attaccarsi. L'affanno affettivo dell'adesivo e carenza di autostima dell'invisibile, si fondano sull'eccessivo "farsi oggetto di se stesso". Sentire in modo profondo il proprio sé come un involucro vuoto e senza valore.

Il copione di base dell'adesivo è incentrato sul desiderio di sperimentare la sensazione di attaccamento di cui è continuamente in attesa come di una promessa non ancora mantenuta.

Quando l'attaccamento è avvenuto con amore, si esprimerà nell'adulto attraverso la tenerezza, la fedeltà e la devozione. Quando l'attaccamento materno invece è stato conflittuale verrà espresso da adulto con il bisogno di dipendenza, avidità affettiva e alimentare. Infatti, l'eccesso di attaccamento o la sua carenza rendono la persona insicura della propria capacità di farsi amare, ma anche della propria capacità di fare. Il continuo bisogno di amore deriva dalla rottura di questa grazia a seguito della separazione. Gli manca l'amore e lo cerca ovunque. Pur di essere considerato è appiccicoso, ma se rifiutato diventa ancora più insistente, vuole imitare le persone che gli piacciono. E' sempre alla ricerca di consenso ed accettazione e per questo desiderio rischia di essere manipolato e condizionato anche perché considera l'altro sempre buono e positivo. L'adesivo è la persona in sovrappeso, perché mangia quando si sente triste. E' un po' maldestro, perché mette molta energia nel fare le cose, per conquistare l'amore altrui. Imita le persone o i personaggi da cui si sente attratto. Le persone concrete sono i modelli da cui attinge esempi di atteggiamenti e categorie di pensiero e di azione. La sottomissione ad altri procede lungo il percorso della condiscendenza.

Risorse dell'adesivo

Le qualità principali di questa tipologia di personalità sono la devozione, la fedeltà e la lealtà. L'adesivo quando sazierà il suo bisogno di affetto non sarà più petulante, ma affettuoso, sensibile, affezionato e premuroso. E' sempre presente nelle situazioni difficili ricordando agli altri che possono contare su di lui. Sa essere consolatore, ha un grande senso dell'amicizia ed è fedele anche quando gli costa sacrificio e gli fa vivere contraddizioni. E' un generoso portatore d'aiuto. Tende sempre a prendere in considerazione l'aspetto positivo rispetto a quello negativo e trova qualcosa di bello e piacevole in tutte le situazioni.

4.3 La balbuzie e il “vortice emozionale”

Le diverse emozioni di base, paura, rabbia, distacco, piacere, quiete, vergogna, attaccamento, sono l'innescò di quel sentire che diventa il personale filtro di un individuo nel rapportarsi agli altri, al mondo e a sé stesso. L'uomo possiede una capacità di rielaborazione interna, la quale prende le mosse dal riconoscimento delle emozioni, mediante il loro apparire alla coscienza, che consente di capire e orientare il vissuto. Senza la coscienza non ci sarebbe la struttura della personalità e senza di essa la relazionalità. Le nostre emozioni, se orientate, diventano costruttive e si rinforzano di energia positiva. Dalle emozioni scaturiscono i sentimenti, che non nascono per caso, ma hanno bisogno della guida dell'affettività per condurre le emozioni verso il loro risultato positivo. Per l'artigianato educativo le emozioni sono “cose” che si comunicano, si scoprono, si insegnano e si contagiano, oggetti mutevoli e modificabili.

Nella persona balbuziente le emozioni percepite con il passare degli anni si stabilizzano e diventano elementi caratterizzanti della personalità del soggetto. La frustrazione, la paura, la rabbia, l'ansia sono le reazioni che si presentano subito nel bambino. La frustrazione è definita come una reazione specifica, come un impedimento alla soddisfazione del bisogno. Quando il bambino inizia a parlare i suoi genitori sono felici, premiano, gratificano il suo atto comunicativo. Con l'instaurarsi delle prime disfluenze le reazioni dei genitori non sono le stesse: le gratificazioni sono sostituite dalle sensazioni di imbarazzo, impotenza, compassione. Di conseguenza il bambino si sforza a parlare meglio, ma ciò non fa altro che aumentare le disfluenze. I continui fallimenti accrescono il timore di parlare a cui si associano meccanismi di evitamento: evitare di parlare per non balbettare eludendo relazioni e prestazioni. In questo modo frustrazione e paura contribuiscono ad aumentare la gravità del disturbo. La rabbia, come accade nella frustrazione, si sviluppa come una reazione a reali o immaginari pericoli. In seguito può subentrare la vergogna che fa sentire la persona stessa un errore, uno sbaglio. L'evitamento di determinate situazioni porta ad un aumento di tensione e quindi della balbuzie e la loro riduzione contribuisce all'aumento della fluenza verbale.

Solitamente la balbuzie si fa risalire a difficoltà della sfera emotiva (Arousal) e più specificatamente ad una inibizione della rabbia e dell'aggressività o di altre emozioni di base (in PREPOS nel copione idealtipico dell'invisibile) o, come molti testi riportano [Bitetti, 2006], in disfunzioni dei sistemi di cosiddetto controllo (l'Avaro)²⁰.

La balbuzie nasce dalla paura. La paura del blocco della parola, paura di non poter controllare la situazione e di conseguenza dal timore di essere giudicati. Non poter esprimere cosa si vuole quando si vuole ingenera nel tempo una sensazione di impotenza appresa, causando un'impressione di perdita di controllo (Quesal, 2010). Convinzione che porterà, nel tempo chi balbetta, ad evitare le situazioni temute, al silenzio imposto a se stessi per timore della brutta figura, quando invece ci sarebbe “tanto da

²⁰ Lorenzo Barbagli, *Pedagogia Relazionale - Umanità, Relazionalità, Persona nel modello Prepos* - La Bancarella Editrice -2014

dire e da comunicare”. Le persone che balbettano ritengono di poter essere comprese soltanto da chi è colpito dal medesimo problema, ed in effetti hanno spesso – anche se non sempre – ragione. Paura che attiva l’attenzione e che fa alzare alla persona barriere di difesa, in virtù della sua vulnerabilità. E tanto più di sente vulnerabile, tanto più si chiude a riccio, trattenendo ogni cosa al suo interno. Tratti questi, caratterizzano la personalità dell’avarico. Paura che può trasformarsi in rabbia, frustrazione, nell’aggressività del ruminante per i risultati disattesi. La frustrazione esperita dopo l’evento di balbuzie, in quanto si ha la netta sensazione di non essere in grado di controllare minimamente le proprie parole e la comunicazione. Ciò che per gli altri risulta essere una delle cose più semplici e facili al mondo, il parlare appunto, per la persona che balbetta diventa un incubo e da affrontare ogni giorno. Ma dove non arriva la parola arriva la fantasia. Chi teme di essere al di sotto dell’altro, per attivarsi ha bisogno di immaginarsi sopra di lui, ed ecco il rifugiarsi in un mondo di pensieri e fantasie, tipiche della persona delirante. Un modo per staccarsi da una realtà troppo limitante dove si è continuamente giudicati.

Attivazione, arousal e controllo sono modi di risposta allo stimolo che diversamente bilanciati in ogni temperamento dispongono verso certe emozioni e sensazioni, piuttosto che verso altre ²¹.

I controlli valutativi degli stimoli consistono in sistemi attraverso cui l’organismo prende atto dei segnali esterni ed interni che, nella psiche, prendono la forma di emozioni: controlli circa la novità dello stimolo (che corrispondono alle emozioni della sorpresa, del trasalimento e della noia), controlli sulla piacevolezza dello stimolo (piacere, dolore, paura, vergogna), controlli circa l’attivazione di risposta allo stimolo (rabbia e attaccamento). Pribram e McGuinness avevano distinto due tipi di risposte nei circuiti neurali: le fasiche (eventi nuovi e inaspettati) alle quali attribuiscono il termine “arousal” che viene definito come lo stato fisiologico di potenziale modificazione dell’organismo, cioè quanto un organismo è in grado di recepire gli stimoli che giungono dall’esterno, e le toniche che dispongono la risposta a segnali positivi o negativi, a cui venne dato il nome di "attivazione". L’attivazione è quell’ accendersi di motivazioni ed energie finalizzate al piacere. Arousal sono le sensazioni secondarie che un individuo percepisce, sono quei riflessi corporei che precedono ed accompagnano l’emozione vera e propria, per esempio: il battito del cuore, il cuore in gola, la sensazione di un pugno nello stomaco, il sussulto. A queste due categorie Gray aggiunge la categoria dell’"inibizione" (o controllo) esercitata sulle tendenze di risposta allo stimolo o sull’azione volontaria di autocontrollo che conduce, ad esempio, alla concentrazione.

Premesso che ogni persona utilizza tutte le emozioni di base, anche se in modi e quantità differenti, esse diventano copioni di azione e comportamento e si implementano come tratti tipici di ciascuna personalità:

²¹ www.prepos.it : Aliastro Alberto, *Le disfunzioni relazionali relative all’ansia*, tesi Scuola di Counseling Relazionale PREVENIRE E’ POSSIBILE

Paura	--->	controllo puro	personalità dell'AVARO
Rabbia	--->	attivazione pura	personalità del RUMINANTE
Distacco	--->	attivazione + controllo	personalità del DELIRANTE
Piacere	--->	arousal puro	personalità dello SBALLONE
Quiete	--->	basso arousal + attivazione + controllo	personalità dell'APATICO
Vergogna	--->	arousal + controllo	personalità dell'INVISIBILE
Attaccamento	--->	arousal + attivazione	personalità dell'ADESIVO

Alla luce dei sette profili di personalità della teoria Prepos, possiamo affermare che la balbuzie è tipica dell'invisibile (Arousal + controllo), dell'adesivo (attivazione + arousal) e dello sballone (solo arousal). Nella persona balbuziente possiamo osservare una miscela di vissuti, in una sorta di “continuum emozionale “ che va dalla paura al distacco, passando dalla rabbia alla vergogna.

Una commistione di arousal, inibizione e controllo che è sfociato nella balbuzie. Il balbuziente sperimenta una ”multi-emozionalità”, che spesso non riesce a gestire.

Nessun balbuziente si sottrae, consciamente o inconsciamente ad assumere un ruolo artificiale: manierismi e istrionismi da palcoscenico, fuciosa indifferenza, finta meraviglia, formazioni reattive di aggressività e iper-attivismo o ipo-tonicità, moderazione e mansuetudine si attaccano tramite condizionamento alla personalità e alle relazioni umane modificandole.

Lo sballone e la ricerca del piacere della parola

Lo sballone vive una forte attrazione verso il piacere che sa gustare con sensibilità emozionale intensa. Il suo è il copione che muove forti energie emotive e che conduce a vivere la più ampia possibilità di piacere. E' narcisista, sta sopra le righe, istrionico isterico, lo fa nel tentativo di allontanarsi dalle angosce esistenziali. Cerca di sperimentare le sensazioni più forti rispetto a tutto ciò che vive per saziarsi di un sapore finalmente appagante. Ama la sorpresa e insegue la fantasia di realizzare finalmente ciò che sente dentro di sé e che sempre gli sfugge. Il suo è arousal puro, vive in un continuo slancio di emozioni che in realtà sono fuoco di paglia, estemporanee ed effimere, è più alla ricerca del personale piacere nell'azione che di risultati concreti; Non sa gestire le emozioni perché è prigioniero delle sensazioni; non sa difendersi dalle emozioni negative e vive male anche quelle positive perché la loro fine fa venir a galla il suo profondo vuoto esistenziale.

Non è mai pago delle proprie emozioni, è permeato da una profonda insoddisfazione, il suo è un bisogno non soddisfatto. Nella persona che balbetta un ulteriore motivo di insofferenza deriva dal non godere delle emozioni che la fluidità della parola comporta. Un piacere di cui lui non può beneficiare.

Non può godere della fusionalità della relazione che è data da una bella chiacchierata fra amici. A lui, quindi, spetta sentire il suono, la bellezza della sua voce, scoprire la sua fluidità e l'emozione che essa trasmette.

Lo sballone è spesso un giocherellone che non prende sul serio alcuna responsabilità. Eppure nella parola "responsabilità" c'è l'antidoto allo sballo, all'inconsistenza, alla volubilità, all'incoerenza, ai sogni e al disordine. Lo sballone ha bisogno di purificarsi, diventare semplice e scoprire di essere amato non solo per quello che finge di essere, incantando le persone ma per quello che è e che fa. Il valore della responsabilità conduce a questo. Assumersi la responsabilità di un lavoro o assumersi la responsabilità di qualcuno che ha bisogno, conduce alla interiore sensazione di essere importanti per qualcuno. Lo sballone ha bisogno di costruirsi un concreto percorso di responsabilità per pervenire a quella pienezza emozionale che cerca. La responsabilità, nel caso delle balbuzie, si traduce innanzitutto nel riconoscere e ammettere di avere un problema e nell'affrontarlo concretamente, appunto, con consapevolezza e impegno. Solo il massimo di attenzione e cura nel costruire i vissuti emozionali potrà dare a lui la certezza di quella condivisione che desidera e che contemporaneamente fugge.

Nella parola l'antidoto alla vergogna e alla sfiducia dell'invisibile

L'invisibile vive un'ansia causata dalla timidezza, dall'eccessiva sensibilità e dai timori relazionali tipici di tale idealtipo, contraddistinto da arousal connesso al controllo. L'invisibile prova un profondo senso di disistima e sfiducia in se stesso. Non si sente mai abbastanza bravo, abbastanza forte o all'altezza delle situazioni. Tutti sono sempre migliori di lui e tutto ciò che fa è sempre meno bello e importante di quanto fanno gli altri. Quando riesce in qualcosa è solito attribuirlo alla fortuna e non alla sua preparazione. Di solito si mostra agli altri inferiore, inadeguato, incapace o imbarazzato. Egli si curva su di sé, non avanza alcun movimento di difesa e subisce il peso della vergogna. Peso che lo schiaccia e lo inibisce ancor di più. Vive una forte chiusura introversiva ed è attento a non mostrare nulla di sé nel timore di essere svelato e giudicato. Non è a mai a suo agio ed addirittura soffre quando è obbligato ad improvvisare le sue reazioni. Ha bisogno di tempo per prepararsi ad ogni incontro per la vergogna di essere scoperto per quello che è. Per questo motivo tende a ritrarsi dalle conoscenze e dalle relazioni, anche se non ama la solitudine. La sua solitudine è una conseguenza della sua fuga. Piuttosto che agire si nasconde ed osserva, ammira ed invidia coloro che sono in grado di comportarsi in modo socialmente adeguato. L'invisibile vive le diverse atmosfere ed i climi sociali con una sensibilità sfiancante, aggravata dalle sue difficoltà comunicativa. Non ama mostrare i suoi sentimenti perché pensa che siano fuori luogo, fuori tempo, scontati. A lui piacerebbe moltissimo poterli esprimere e donare finalmente a qualcuno, ma si auto convince che non sarebbero capiti ed accettati. Non è in grado di accumulare energia e motivazioni perché è abituato a sminuirsi per timore di occupare troppo spazio; anche i suoi sentimenti sono sempre deboli e non visibili. Non riesce ad

arrabbiarsi perché l'ira è una emozione troppo consistente perché possa albergare nel suo sé. Egli sente di essere sconfitto in partenza ed abbandona ogni confronto a meno che non venga incoraggiato con rinforzi multipli. L'incoraggiamento e l'impalcatura di sostegno serve a rendere possibile l'impegno e la disposizione fiduciosa.

Un aspetto non secondario del complesso di inferiorità è il suo ciclico accompagnarsi al senso di superiorità tutto interno e non oggettivato nelle cose. Se dal confronto con la realtà l'invisibile esce perdente e sconfitto accade che dentro di sé inneschi una valutazione compensativa di superiorità, incompresa da altri, inspiegabile, ed ancorata su uno schema di valutazione del merito completamente intimista e, di conseguenza, assolutamente ineffabile. Se pur gli altri vincono il confronto e sono oggettivamente migliori di lui non possiedono qualcosa che egli ha dentro, e nemmeno arrivano a sfiorare la comprensione del suo mondo interiore, la sua sensibilità e impressionabilità. Naturalmente queste doti non gli servono mai per realizzare qualcosa di concreto e le considera difetti anche se egli sente di essere inspiegabilmente superiore proprio per quelle caratteristiche che lo rendono inferiore. Questo ragionamento è la trama di un copione bipolare tra invisibile e delirante mediante oscillazioni tutte interne al sé tra inferiorità e superiorità che rimangono sempre inverificabili. Ma l'oggettiva stima di sé deriva solo dal rapporto con qualcuno che sappia comprendere il suo sentire, sappia incoraggiarlo nell'azione, verificare con l'oggettività delle sue capacità e mostrargli i suoi meriti, le sue virtù.

Chi balbetta vive un senso di colpa che si correla al non sentirsi sufficientemente "forte" nell'arginare le emozioni negative. La balbuzie nell'invisibile, con il passare del tempo, diviene una sorta di espediente per rafforzare il proprio senso di identità, perché altrimenti sarebbe incapace di pensarsene privo, per sentirsi confortato da quel particolare modo di essere che, seppur anomalo e bizzarro, gli ricorda istante per istante chi è e come gli altri lo vedono.

A livello di protezione dell'ego, infine, la balbuzie serve inconsciamente all'individuo in chiave difensiva per tenersi lontano da realtà competitive che costituiscono minaccia di fallimento o diametralmente di successo causando elaborazioni di posizionamento sociale alternative perché condizionate dal bisogno di sicurezza. Egli riacquisterà la stima in sé recuperando fluidità della parola, rendendola uno strumento di riscatto per l'affermazione sociale. Dopo anni di silenzi maturerà la consapevolezza che lo porterà a dire "Ascoltatevi...ho qualcosa da dire anche io".

Il filo di voce, esile ed esitante, il volume basso con ritmo lento e discontinuo dovrà trasformarsi in una voce alta e grintosa, dal timbro sicuro e deciso, proprio di chi apprezza e di ascolta la propria parola senza doversi vergognare di farlo davanti agli altri. La parola diventerà il suo nuovo strumento di aiuto che donerà agli altri e che lo aiuterà ed esternare anche i suoi sentimenti. Libero così di poterli esprimere e di donarli finalmente a qualcuno, dissuadendosi una volta per tutte dell'autoconvincimento che non sarebbero capiti ed accettati.

Gli toccherà mettersi in prestazione il più possibile per eliminare i feedback e le esperienze negative passate, solo così potrà uscire dalla vergogna e dall'autoesclusione sociale per far emergere quella forza, incompresa dagli altri, ma che lui sa di avere dentro di sé.

Non più spettatore ma attore della propria vita. A lui occorre sostegno, per mettersi alla prova: in quanto senza prove e senza successi effettivi ed oggettivi non saprà mai quanto realmente vale. La via di uscita dalla bassa autostima è quella di ottenere risultati attraverso la metodicità e la disciplina, che costituiscono il vero antidoto per l'invisibile.

Un aiuto in più per il recupero della fluency verbale potrebbe venire, nel caso dell'invisibile, dalla musicoterapia, grazie all'intelligenza musicale che contraddistingue il suo idealtipo. Ad esempio recenti studi (di Götell, Brown, Ekman 2008) hanno dimostrato in particolare il valore del canto come attività da affiancare ai trattamenti quotidiani delle balbuzie. Anche il ritmo può essere utile come strumento terapeutico con lo scopo di migliorare la capacità di movimento e la coordinazione. La musica, ascoltata, suonata o cantata dà un prezioso contributo, può essere sfruttata con successo per ridurre lo stress e la sensazione di dolore, oltre che per migliorare le capacità espressive e la comunicazione interpersonale. La musica è la struttura comunicativa simbolica per eccellenza, che "dà corpo" ai suoni e li fa vivere in analogia con i movimenti emozionali. L'intelligenza musicale è la sede della sensibilità impronunciabile e inesprimibile in altri linguaggi. A sua volta, l'intelligenza musicale è la capacità di intonare e di intonarsi, che non riguarda solo la musica, ma l'armonia negli ambienti e nelle relazioni. E' l'intelligenza di chi sa di cosa l'altro ha bisogno, come dargli piacere e l'invisibile sa spiegare, sa sentire ciò che succede dentro grazie ad una conoscenza intrapersonale percettiva. Quella musicale, dunque, è l'intelligenza della risposta che l'altro si aspetta, della ritualizzazione delle dinamiche dei gruppi, dei modi di entrare in contatto con gli altri, della capacità di donare proprio ciò che l'altro desidera.

L'affettività della parola colma il bisogno di considerazione per l'adesivo

Nell'adesivo l'attaccamento prende la forma di bisogno (contrariamente al desiderio di piacere) perché il soggetto che lo sperimenta sente la necessità di una presenza altrui al suo fianco. Con la balbuzie che lo pervade egli tende ancor di più ad attaccarsi agli altri per saziare il suo bisogno affettivo, vuole essere riconosciuto e preso in considerazione, per superare la sensazione di solitudine e separatezza che lo caratterizza". Egli tende a richiamare l'interesse degli altri su di sé, a mettersi in mostra fin da piccolo per giungere addirittura ad interpretare il ruolo del pagliaccio nel gruppo, sceglie di far ridere di sé pur di essere considerato. La balbuzie diventa per questo un ottimo espediente e lui, pur di essere apprezzato, diventa condiscendente ed è facilmente condizionabile e manipolabile. Ama il contatto fisico, si pone sempre a bassa distanza dalle persone, chiunque siano, le tocca, le richiama a sé (attaccamento caratterizzato da attivazione connessa all'arousal).

Più vive carenze affettive, più concede potere all'altrui presenza: accetta qualunque ordine o proposta, anche insana, pur di essere parte di un gruppo.

Nel rapporto con gli altri non cerca di far prevalere la sua opinione ma giunge a sacrificare se stesso purché vi sia accordo tra le persone e non avvenga nessuna separazione o allontanamento. La sua

proiezione verso gli altri lo rendono riconoscibile per altre due sue caratteristiche: l'imitazione e la sottomissione. Egli imita le persone o i personaggi da cui si sente attratto. Le persone concrete che lo circondano sono modelli da cui attinge esempi di atteggiamenti e categorie di pensiero e di azione. La ricerca affettiva lo propone come un soggetto disponibile ad ogni contatto a cui l'adesivo si adegua per favorire le richieste dell'altro per essere da lui accettato. Basta ascoltarlo, gratificarlo e promettere un'attenzione crescente per il futuro e contemporaneamente minacciare che, se egli non si comporterà secondo le aspettative, interverrà una separazione, determinata dalle situazioni, non dalla volontà dell'altro. Sa essere un consolatore, è sempre presente nelle situazioni difficili è uno su cui ci si può contare. Ha un grande senso dell'amicizia ed è fedele anche quando questa gli costa e gli fa vivere contraddizioni. Ha grande memoria per le attenzioni che ha ricevuto e discrimina in modo netto le persone che lo hanno ferito da quelle che lo hanno aiutato e compreso; tende sempre a prendere in considerazione l'aspetto positivo rispetto a quello negativo e trova comunque qualcosa di bello e piacevole in tutte le situazioni. È in grado di tenere insieme persone molto differenti tra di loro accontentando i loro gusti e preferenze, in ragione della sua capacità di individuare le diverse modulazioni della propensione all'attaccamento presenti in ciascuno. Sa stare nei gruppi ed è in grado di mantenerli compatti ed in accordo mediando tra le diverse posizioni. E' un ottimo gregario perché ciò che maggiormente gli interessa è il successo di tutti, dell'insieme, del gruppo e non il suo personale. C'è un momento in cui l'adesivo comprende il suo eccessivo bisogno di attaccamento e se trova qualcuno a cui esprimere tale bisogno e condividerne le manifestazioni il suo difficile viaggio nelle relazioni diventa un facile volo. Quando il suo bisogno di essere oggetto di attenzione è saziato, non sarà più petulante ma affettuoso, sensibile, affezionato e premuroso. L'adesivo ha una grande capacità di coltivare le relazioni, ricordarsi gli anniversari, far sentire la sua presenza con continuità alle persone.

La balbuzie nell'adesivo non fa altro che accentuare il bisogno insaziabile di affetto e di considerazione, nonché la dipendenza dalle persone con cui entra in contatto e al loro ruolo, reale o simbolico che sia; è attratto da figure autoritarie o persone autorevoli o detentrici di particolare fascino e affettività, verso queste tende ad attuare una vera e propria sottomissione. L'attrazione di appagamento e la paura di perdere tale possibilità, fa scaturire una vera e propria ansia di separazione. Nell'adesivo la balbuzie, l'impossibilità di comunicare in modo agevole, può inibire le sue qualità, facendo venir meno la sua grande capacità di relazione che si manifesta di solito con una sua costante presenza nelle situazioni difficili, la sua dote di amico fedele e comprensivo.

Un'attaccamento che lo porta a circondarsi sempre dalla stessa cerchia di amicizie, in un ambiente ristretto e familiare, dove lo assecondano e dove può facilmente delegare e attuare silenzi ed evitamenti pur di non mettersi in prestazione. Con una parlata fluente e sicura, ritrovando la vera gioia nel comunicare, ritroverebbe la sua vera capacità di coltivare le relazioni e si renderebbe un generoso portatore di aiuto specialmente nei confronti di persone che come lui hanno vissuto poca gratificazione di attaccamento e si esalterebbe la sua figura di consolatore e di amico. Come l'invisibile, anche

l'adesivo, ha in dote l'intelligenza musicale, propria di chi sa di cosa l'altro ha bisogno e di come soddisfare i buoi bisogni, che si esprime nella capacità di intonare e di intonarsi, che non riguarda solo l'ambito musicale, ma la capacità di creare armonia negli ambienti e nelle relazioni. Egli potrà sospendere la sua affannosa ricerca di sazietà affettiva incontrando qualcuno che lo consideri degno di interesse e gli insegni a riflettere su di sé, riscoprendo il rispetto per sé stesso e l'autostima perduta. Va tranquillizzato mediante la gratificazione perché la smetta di cambiare per gli altri. Il bisogno di attaccamento si supera attraverso la realizzazione del gusto del vivere e la disposizione a gestire con libertà la propria accettata solitudine esistenziale.

Colmare il deficit della balbuzie

Il disturbo nella balbuzie non si presenta come una caratteristica presente, ma come un deficit, cioè una caratteristica assente. Potremmo dire un "non"²². Nella prima tabella vediamo, dunque, come si possa ipotizzare una connessione interessante, che può assumere la valenza di orizzonte spaziale entro cui lavorare per potenziarle, e, nella tabella seguente, i modelli di intelligenza (secondo il modello di Gardner delle Formae Mentis) da potenziare:

Disturbo Idealtipo "mancante"/copione di fragilità

Balbuzie Tonica	Ruminante, Sballone-Effervescente
Balbuzie Clonica	Sballone-Effervescente e Apatico

Disturbo Fragilità intellettive

Balbuzie Tonica	Intelligenza cinestetica e linguistica
Balbuzie Clonica	Intelligenza linguistica e musicale

L'intelligenza corporeo cinestetica implica un forte controllo da parte del cervello su tutti i muscoli del corpo per coordinarli mobilitando, a tal scopo, grandi porzioni della corteccia cerebrale, il talamo, i gangli basali e il cervelletto. La dominanza è quella del cervello sinistro, per i mancini del cervello destro. Forme mature di espressione corporea sono la danza, la recitazione, lo sport, le abilità manuali. Un esempio di sviluppo dell'intelligenza corporeo cinestetica è l'abilità del mimo attraverso le quali si attivano gli addestramenti al controllo dei movimenti corporei.

Intelligenza linguistica: serve a convincere, ricordare, spiegare e riflettere sul linguaggio stesso. L'intelligenza linguistica implica espressività, che culmina nella facondia o nelle sfide verbali con giochi di parole, fondate su assonanze in memoria (le rime o le cantilene, ad esempio, sono i casi in cui l'intelligenza linguistica appare come una espressività mentalizzata).

Nella tabella a seguire vediamo i sistemi relazionali in cui tali disturbi trovano potenziale origine: le opposizioni o, in alcuni casi, gli eccessi di affinità.

²² Barbagli Lorenzo, *Pedagogia Relazionale - Umanità, Relazionalità, Persona nel modello Prepos*, La Bancarella Editrice - Piombino, 2014, pag. 103

Disturbo Relazioni di opposizione scaturenti

Balbuie Tonica	Incomprensioni – Eccesso di disponibilità
Balbuie Clonica	Logoramento e fastidio

La DISPONIBILITA' scaturisce dall'apertura verso l'altro che rende possibile un'azione positiva senza che ciò costi molta fatica. Spesso è valutata nell'intenzione più che nel risultato. Consente di superare l'insofferenza.

Il LOGORAMENTO è frutto di rapporti superficiali con manifestazioni appariscenti ed estetizzanti. E' una certa immagine, un tono sempre "sopra le righe", che logora le persone costrette a dare risposte "all'altezza della situazione", mai del tutto vere o del tutto chiare. La usuale fuga dal logoramento si traduce nel tentativo di mantenersi indifferenti, ma l'accumulo conduce a manifestazioni di isteria.

L'antidoto al logoramento è l'incontro perché presuppone la assoluta diversità delle persone, compresa l'estraneità dei modelli mentali e degli schemi d'azione, ma le impegna nell'obiettivo di scoprire che le diversità sono una potenza a cui ciascuno può attingere. L'incontro produce unità.

Il FASTIDIO nasce dalla reattività di rifiuto "a pelle" di gesti, modi di fare, odori, rumori, sapori, immagini emanati da qualche persona. Conduce a rassegnazione e sopportazione ed al tentativo di mettere in atto l'allontanamento dall'altro. Il fastidio si manifesta in atti di vendetta: piccoli dispetti o vere e proprie violenze. L'antidoto al fastidio è INTEGRAZIONE che è la base per una buona organizzazione (e non il contrario). Vi è integrazione quando nessuno travalica o tradisce le aspettative che l'altro aveva riposto su di lui: il gioco delle parti, dei compiti, delle funzioni e dei ruoli è armonioso. L'integrazione è l'antidoto del fastidio perché rispetta l'identità di ciascuno e mette tutti nella "giusta distanza relazionale" reciproca.

Nella tabella seguente riportiamo gli stili educativi che sarà necessario esercitare e rappresentare da parte dell'educatore (o del counselor relazionale).

Disturbo Tipologia di educatore necessaria

Balbuie Tonica	Libertario - Affettivo
Balbuie Clonica	Autorevole - Affettivo

5. Balbuzie....il mantello dell'invisibilità

Diventare invisibili quando il giudizio altrui ci mette con le spalle al muro, oppure quando abbiamo l'opportunità di arraffare a piene mani impunemente, sicuramente rappresenta un sogno ad occhi aperti di tutti. Possedere un'umanità in carne ed ossa provvista di un tasto on/off e perfettamente sincronizzata con un'umanità trasparente ed impalpabile ci permette davvero di essere potenti ed invincibili? Nelle fiabe c'è spesso un mantello dell'invisibilità che assume tanta importanza nell'andamento degli eventi da diventare talvolta l'ago della bilancia nella pesatura del bene e del male.

Senza la relazione e la condivisione un individuo diventa invisibile ed arriva a dubitare della sua stessa esistenza. Chi si scherma con l'invisibilità della balbuzie non esiste per sé e per gli altri.

La relazione non è qualcosa di concreto, bensì un legame che connette tra loro le persone, creando vincoli più o meno stabili, sebbene esistenti "solo" nella testa di chi li pensa. Il legame che mette in rapporto le persone, infatti, non è visibile in sé, né delimitato nello spazio, né collocabile in uno spazio. La relazione è nel modo caratteristico in cui quelle due persone parlano e agiscono reciprocamente. Ovvero, la sede della relazione non è nello spazio fisico in cui vivono le persone, bensì nei pensieri, nelle aspettative, nei riti che legano quelle specifiche persone. Dunque, l'essere umano cresce e si sviluppa grazie alla relazione con l'ambiente: attraverso la comunicazione non verbale e verbale, va via via strutturandosi la personalità, che è il prodotto del ripetersi di situazioni, che determinano sensazioni ed emozioni.

Quindi, la personalità dell'individuo è l'esito oggettivato delle relazioni, esplicite e implicite, intrattenute con l'ambiente. In base a come via via si sono organizzate le relazioni sperimentate, la persona si relazionerà a sua volta con l'esterno.

Il modello di intervento del counseling relazionale si realizza nell'offrire alla persona che balbetta quella consistenza interiore fondata su vissuti e relazioni significative che la conduca a sperimentare sentimenti stabili e non emozioni effimere. Le tipologie di personalità Prepos fanno rilevare alcune delle difficoltà relazionali che devono essere rese consapevoli per essere trasformate in risorse. Una volta chiarita la dinamica interna che provoca e determina problemi, sarà necessario avviarla verso processi di cambiamento e di superamento dei copioni sottintesi. Ogni relazione, ogni incontro umano è educativo, è portatore di significati, di valori o anche semplicemente opinioni che assumono una valenza educativa determinante nella crescita del minore che riceve qualcosa. A volte, può essere una squalifica, altre un riconoscimento, un incoraggiamento o un sostegno o solamente una informazione da elaborare.

Ogni relazione assume per ogni individuo un significato, che implicitamente o esplicitamente, avrà un peso nel futuro della persona stessa. La persona che balbetta, che rientra a piena titolo nel copione dell'invisibile caratterizzato da Controllo + Arousal (secondo l'analisi dei tipi Prepos), dopo anni di silenzi forzati, evitamenti e sensi di colpa avrà bisogno di tendere verso il piacere relazionale che diventerà fusionalità con l'altro; dovrà aspirare al desiderio dell'ascolto, imparando ad udire ed apprezzare il bellissimo suono della sua voce che per anni ha preferito non ascoltare; dovrà conoscere il sapore della libertà ed uscire dalla gabbia della balbuzie che l'ha imprigionato per anni; uscire dalla quella rigidità corporale e di pensiero che la disfluenza ha creato; dovrà mettersi in prestazione facendo valere le sue qualità e tramutare la sua sensibilità in risorsa e non in negazione del fare.

Un percorso che affronterà grazie all'aiuto di un counselor che interverrà nella prestazione relazionale al fine di sviluppare la capacità di crescita comunicativa eliminando fobie nella relazione parola-prestazione. Il counselor, come figura "consolatoria" che, con umiltà ed umanità, avrà nei suoi confronti una attenzione affettiva molto incisiva ed forte, dovendo fare chiarezza su situazioni estremamente complesse e delicate. Egli riuscirà a conquistare la persona che balbetta solo facendole intraprendere un cammino di consapevolezza e di accettazione. Sarà necessario un sostegno sensibile che sappia veramente comprendere il suo sentire.

La Balbuzie conosce la magia della parola, o meglio della non parola per la realizzazione dell'invisibilità. Ma è vera magia?

Non si vince sparendo ma tenendo gli occhi ed orecchi ben aperti sul mondo, sull'altro, sul sé. Nel gioco comunicativo, chi si mette il mantello dell'invisibilità si sottrae alla resa dei conti e questo vale sia per i bilanci fallimentari che per quelli positivi e vantaggiosi.

5.1 Sostegno e gratificazione mettono KO la balbuzie

La persona che balbetta, in cui la vergogna è l'emozione prevalente, ha necessità di divenire più coraggiosa e intraprendente per riuscire ad aumentare la propria autostima attraverso il raggiungimento di piccoli traguardi progressivi, ottenuti con disciplina e metodo, che tengano sotto controllo le sue inquietudini. Il senso di inferiorità, la disposizione a lasciarsi opprimere sono superabili solo attraverso incoraggiamento, impegno, trasmissione di stimoli e di "carica" mediante la disciplina e la fiducia in se stessi, lo sviluppo dell'autostima e la libertà interiore.

Incoraggiare significa saper dare la carica e trasmettere motivazione, senza sostituirsi nell'azione al soggetto destinatario. L'invisibile è incapsulato nel suo perenne imbarazzo, nella sua timidezza, ed appare giù di morale, abbattuto, se non desolato e afflitto.

Egli vive nella dimensione di estrema sensibilità e non riesce ad aver un confine preciso tra sé e gli altri. Tutto ciò che avviene nelle emozioni degli altri, diventa un suo sentire personale. Da questa spiacevole sensazione di vergogna e di disistima di sé, può essere velocemente distratto attraverso uno spostamento emozionale. Di solito il bimbo invisibile diventa bersaglio di consolazione sbagliata perché può essere un rinforzo ed un ulteriore discredito: “Vedrai che crescendo non balbetterai più” E’ una frase sbagliata, perché non interviene nel presente attuale dove è lui, intanto balbetta! L’adulto che percepisce la sofferenza dell’invisibile, ha naturalmente un modo di tenerezza nei suoi confronti e lo trasferisce sul bambino, che dalla sua compassionevole consolazione, riceve invece un’ulteriore squalifica.

Approccio del counselor:

Il counselor invece saprà trasferire energie e dare a lui disciplina ed impegno, affinché la persona che balbetta si attacchi di più alle cose, ai risultati, a sé stesso. Deve arrivare a desiderare i risultati per farli suoi ed aderire ad essi. L’incoraggiamento, nei confronti dell’invisibile, serve infatti a spostarlo nella direzione dell’attaccamento. L’obiettivo è quello di incitarlo ad avere successo, anche minimo su cui far leva, con un incoraggiamento progressivo ed insistente. L’incoraggiamento serve affinché egli faccia suo il risultato e lo consideri, inequivocabilmente come una cosa che gli appartiene.

Per il bimbo che a scuola parlando ha balbettando e si sente imbarazzato ed impacciato, la consolazione è: “Ma guarda che non se n’è accorto nessuno! Puoi anche riprovare nessuno ti criticherà o deriderà”. Se l’ambiente non si attiva in risposta al suo impaccio egli può anestetizzare la sua vergogna e percepire un senso di indifferenza per lui vitale. L’invisibile infatti può sopportare il dolore nel suo movimento verso l’apatia che corrisponde allo spegnimento della sofferenza. Tutto questo processo equivale alla dinamica dell’insegnamento: apprendere dall’ambiente la sua autentica natura, imparare a valutare i dati e interpretarli in modo freddo e distaccato. Per far avvenire lo spostamento, senza rinforzare ulteriori squalifiche è necessario che il counselor spenga dentro di sé ogni forma, empaticabile di compassione nei suoi confronti, trasmettendogli la possibilità di ricavare dall’ambiente la serenità a lui indispensabile. “ Ho visto balbuzie peggiori della tua...”. L’insegnamento, dopo essere averlo sostenuto, passa anche attraverso il richiamo alla valutazione che altri esprimono su di lui: “Tutti mi hanno detto che sei capace a..”.

La persona che balbetta ha bisogno di un *sostegno sensibile*. Sostenere non significa “ dare la carica” (quello è incoraggiare) . Il sostegno è un rapporto fondato sulla discrezione e sulla disponibilità e sulla disponibilità a perdere qualcosa di sé per favorire l’altro.

La comunicazione di sostegno è, a volte, silenziosa perché il messaggio che porta con sé è quello di una presenza concreta e fiduciosa. Sostenere una persona in difficoltà (un ragazzo che balbetta ad

un'interrogazione), è offrirsi alla persona di fiducia nel suo successo; saper guardare negli occhi e saper gestire la tensione della prova con lui, fino a quando egli non trova la via per uscire dalla sua difficoltà, è una delle forme più alte di disponibilità ed aiuto. Per l'invisibile il sostegno deve avvenire sotto forma di comunicazione funzionale al fine di prendere un po' più la distanza da se stessi ed affacciarsi al mondo. Il tutto facendo attenzione a non rivolgergli un sostegno mal comunicato che fungerebbe da vero e proprio rinforzo, che avrebbe sotto l'aspetto della consolazione e auto giustificazione

Impegno e sostegno si realizzano nella relazione di incontro. Si manifesta con lo stupore di aver trovato nelle potenzialità dell'altro ciò che manca a ciascuno. Un incastro tra chi trova qualcuno per cui lottare e chi trova qualcuno che lo protegge, tra chi orienta le azioni e chi le riempie di coraggio.

L'unità nell'incontro ha il primo passo nel gratificare il rapporto con cura e presa in carico della relazione. Esso consiste in tecniche di qualificazione dell'altro con conseguente sviluppo dell'affettività. Il primo luogo dell'incontro è proprio la sintonia con il counselor e la riflessione comune sul sapore relazionale vissuto nell'incontro. Una delle tecniche più semplici sta nel dichiarare la bellezza di un momento divertente o commovente vissuto insieme al cliente

La persona che balbetta ha bisogno di comprensione appagante che è alla base del riconoscimento:
Il riconoscimento porta a scoprire che gli altri vivono le stesse emozioni.

Si trasmette il riconoscimento attraverso espressioni del tipo: "Ma lei non si è accorto che..." spiegando il motivo per cui una terza persona manifesta un certo comportamento. Il riconoscimento si basa sulla comprensione delle aspirazioni, delle frustrazioni e delle difficoltà dell'altro.

Il counselor sostiene la persona nella perdita di autostima mediante tecniche motivazionali e di analisi. Se i processi di azione strategici vengono visualizzati passo passo possono divenire possibili anche per il soggetto più timido e confuso

Il riconoscimento può avvenire anche attraverso un semplice complimento o con una gratifica

Essenziale per la persona che balbetta è la *gratificazione*. Mostrare apprezzamento e riconoscere un merito ad una persona la porta a consolidarsi nelle sue scelte significa innalzare l'autostima. La gratificazione ha la caratteristica di far entrare in contatto le persone con quella parte positiva di sé di cui mai sono del tutto certe. La persona che balbetta, che dalla vita ha ricevuto spesso squalifiche ha bisogno di conferme e complimenti. Il complimento consente il miglioramento dell'altro, deve essere netto, limpido e oggettivo. La comunicazione gratificante ha un risvolto di stabilizzazione e di conferma del piacere di un vissuto. La gratificazione è anche un insegnamento alla fedeltà per chi non riesce ad essere stabile a causa della sua vanitosa volubilità emotiva. Un complimento profondo lo fa soffermare su qualche vissuto piacevole per gustarne fino in fondo il sapore. Egli di solito fa sue solo le sensazioni nella loro espressione più dirompente.

Non si tratta di dire ciò che uno vorrebbe sentirsi dire, si tratta di individuare qualcosa di più che l'altro non vede di sé, o di portare l'attenzione su piacevoli esperienze emozionali, altrimenti sottovalutate.

Inefficacie per l'invisibile risulta essere *il rimprovero* che di solito viene vissuto come un'oppressione. Se il soggetto già vive un copione di vergogna, un ulteriore rimprovero rappresenterebbe una ferita, che lo indurrà a scivolare ancor più nell'autocommiserazione, un'altra incomprensione, delle sue difficoltà. Un atteggiamento che rinforzerà la sua solitudine. Il rimprovero fatto ad un invisibile deve condurre ad un arricchimento delle sue valenze, con un timbro modulato di voce, presentargli un'analisi dettagliata dei fatti per mettere in discussione il suo errore e non la sua persona.

Anche il coinvolgimento emotivo (inteso come aprire l'altro alla percezione di sensazioni ed emozioni) sarebbe per la persona che balbetta un ulteriore rinforzo di attivazione. La comunicazione coinvolgente può essere utile solo se il contenuto del coinvolgimento è la pace. Gli invisibili, avendo una forte sensibilità, ma inibita, verrebbero messi in imbarazzo da un'aperta comunicazione emotiva. L'avvertono con intensità ed hanno vergogna ad esprimerla; ciò alimenterebbe ulteriormente la loro chiusura. Il coinvolgimento deve contenere, nella forma e nel contenuto della comunicazione, incoraggiamento alla liberazione dei sentimenti con stima per quello che essi significano nell'animo fragile e tenero dell'invisibile.

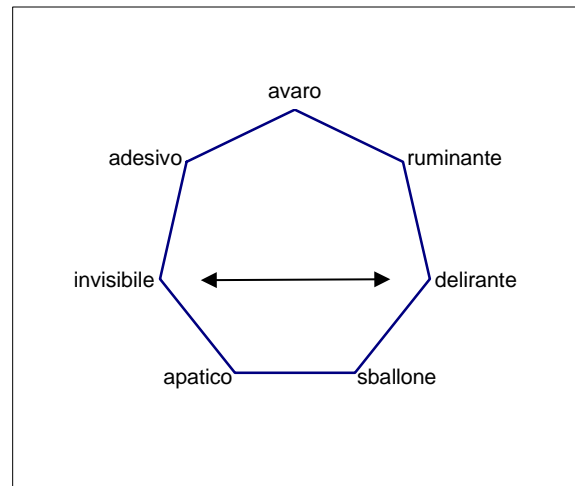
Controproducente risulta essere anche la *tranquillizzazione* (intesa come spegnimento di tensioni), in quanto la calma gli dà solo lo spazio per percepire con maggior nitidezza le impressioni che riceve dal mondo e lo fa sentire ancora più impotente.

5.2 Dinamiche relazionali - Affinità ed opposizioni relazionali

Il compito del counselor relazionale è quello di operare sul piano delle relazioni tra persone. In primo luogo, nella prospettiva dell'artigianato educativo, mettendo sé stesso nella posizione relazionale più confacente ai bisogni, in secondo luogo cercando di innescare relazioni di affinità nelle diadi (coppie di persone in relazione) relazionali che incontra. La spiegazione delle relazioni è svolta a partire dai singoli copioni e dal rapporto di affinità o di opposizione tra loro.

INVISIBILE	AVARO	INCOMPRESIONE
	RUMINANTE	INCONTRO
	DELIRANTE	RICONOSCIMENTO
	SBALLONE	EVITAMENTO

Il riconoscimento è quel processo in cui l'uno scopre nell'altro gli stessi suoi vissuti, anche se il percorso di scoperta è assolutamente differente. L'uno perviene al riconoscimento attraverso un processo intuitivo, capisce cioè cosa voglia dire ciò che l'altro vive, l'altro sente e fa propria l'onda emotiva che muove il primo e la fa sua. È l'antidoto dell'equivoco in quanto permette la comprensione profonda dei movimenti interni, delle aspirazioni, dei sogni e dell'incontro dei valori di ciascuno.



Si configura un incontro a livello cognitivo ed emotivo. E' la capacità di intuire quello che ha nel cuore l'altro: percepisco quello che vuoi dire

La persona delirante vive soprattutto nel pensiero, gioca con la sua mente, è distaccato dalle cose e si inorgoglisce per senso di superiorità che sperimenta nel confronto con il pensiero e le idee degli altri. L'invisibile invece non ha alcuna considerazione di sé stesso, pensa di essere sbagliato come persona, incapace di avere successo, di essere stimato e di stimarsi. Il riconoscimento può avvenire anche attraverso un semplice complimento: il complimento ha un effetto sconvolgente su una persona che non ha stima di sé, d'altro canto, per il delirante, freddo e distaccato è una novità del tutto inaspettata essere compreso nella dimensione della sensibilità. Il delirante può trasmettere il senso su cui si poggia la sua autostima; la fatica di pensare e riflettere su tutte le implicazioni della realtà, di vivere sempre fronteggiando i conflitti. La sua autostima deriva dal prendere decisioni anche quando è profondamente indeciso e dal fatto di ragionare con la propria testa e anche se sbaglia ammette l'errore e ci riprova. Questo processo può essere introiettato dall'invisibile che, per il fatto stesso di essere scelto come amico del delirante, ha già iniziato a prendere in diversa considerazione la propria persona.

L'invisibile è in grado di regalare al delirante la concretezza dell'umiltà sensibile. Egli è in grado di percepire le più sottili sfumature delle emozioni, di accettare il senso del dolore e della sofferenza, di sostenere e sollevare gli altri dalla loro fatica di vivere. Questa dote è impensabile per il distacco che il delirante è stato costretto ad avere e che ha scelto. L'invisibile sa toccargli il cuore e confermarlo nelle cose che pensa, non tanto perché sono delle buone intuizioni, ma perché hanno sapore di umanità e di sentimento. Può indicare al delirante la via della semplicità, punto di arrivo della ricerca sulle cose della vita e sulle scelte da operare. Così il delirante è aiutato a trovare il suo posto concreto.

Invisibile: è sensibile e capisce i vissuti interni dell'altro

Pensiero dell'invisibile : *"Ho trovato qualcuno che sente quello che penso"*

L'invisibile riconosce il delirante che ha la sua stessa idea

Delirante: veridicità e concretezza dei suoi pensieri

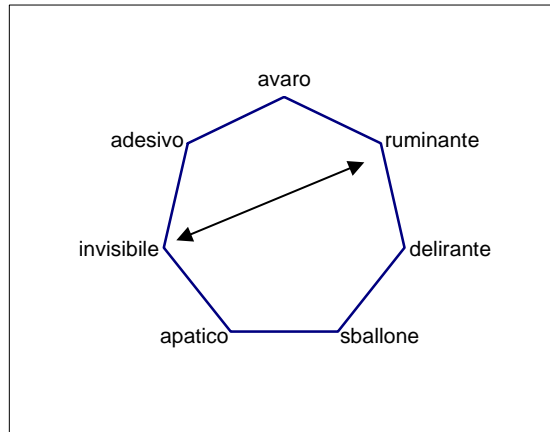
Il delirante riconosce l'invisibile che lo capisce

Uno incontra la verità, l'altro incontra il vissuto

INCONTRO: INVISIBILE – RUMINANTE – Impegno – coraggio dell'azione / Sostegno e sensibilità

L'incontro

Si manifesta con lo stupore di aver trovato nelle potenzialità dell'altro ciò che manca a ciascuno. Un incastro tra chi trova qualcuno per cui lottare e chi trova qualcuno che lo protegge, tra chi orienta le azioni e chi le riempie di coraggio. L'incontro produce unità e fa il primo passo nel gratificare



L'incontro è l'antidoto al logoramento perché presuppone la assoluta diversità dell'uno dall'altro, compresa l'estraneità dei modelli mentali e degli schemi d'azione, ma impegna in un rapporto per cui tale diversità dell'altro è una potenza a cui ciascuno può attingere.

Invisibile e ruminante possono scambiarsi le virtù del coraggio e della sensibilità. L'invisibile corre il rischio di essere troppo aperto alle percezioni ed in ragione introietta espressioni forti che lo espongono a fobie ed al panico, poiché non è in grado di chiudersi repentinamente. Riesce però a sopportare l'energia del ruminante, anche quando questa si trasforma in tensione aggressiva e rabbiosa, perché la sua sensibilità gli consente di andare oltre e di leggere il significato che sta dietro i comportamenti resi indecifrabili dalla furia. Il ruminante è colpito dalla sofferenza dell'invisibile ed è portatore del fuoco dello sdegno contro chi abbia costretto l'invisibile a sofferenze, dalle quali traspare profonda ingiustizia.

L'invisibile è discreto, sa moderare il suo linguaggio e sa osservare a lungo prima di esprimersi. È dunque in grado di dare valutazioni sul modo di essere del ruminante, sul rapporto con gli altri e con il mondo. L'invisibile, con pazienza, lo orienta e gli fa scoprire quali siano le cose davvero importanti per il ruminante e qual è la via più semplice per realizzarle. Il ruminante può trasmettere all'invisibile il coraggio dell'azione, una carica frutto di continue stimolazioni, davvero sorprendenti per l'invisibile che si trova a sentire una carica imprevista

Comunanza di sentimenti

Ruminante – Invisibile → completamento per far crescere e diventare qualcosa di più

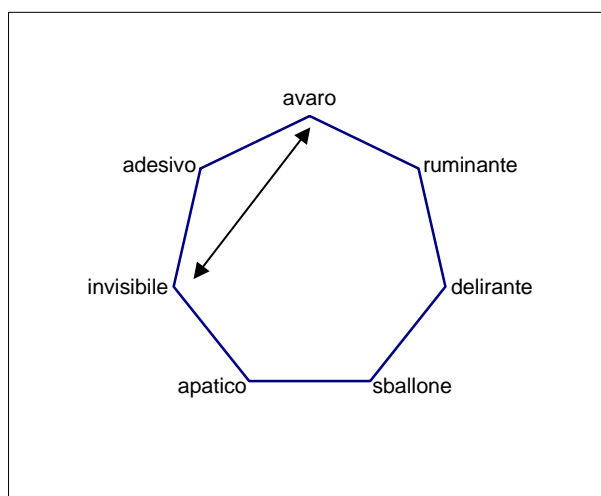
Tu mi dai la mira / Tu mi dai energia e potenza

È un incontro che migliora ciascun membro del gruppo: scambio e condivisione

Lavoro (ruminante) che ha condivisione (invisibile) Incontro a livello spirituale

INCOMPRESIONE: AVARO – INVISIBILE: sensibilità / insensibilità

L'Incomprensione è l'incapacità di trovare il motivo del comportamento che l'altro mette in atto. Sebbene sia chiaro ed evidente ciò che l'altro fa, non si capisce perché lo faccia, come sia possibile che l'altro non capisca che ciò che fa non è quello che si deve fare in quella circostanza. Il confronto è sterile perché ciascuno pensa: "Possibile che non capisca che...?". Aumenta così la necessità di osservazione e di controllo del comportamento altrui, con vere e proprie ossessioni e modelli di comportamento paranoici. Sia il rassegnato che il controllato vivono nella incomprensione reciproca. L'incomprensione tra chi vive un eccesso di controllo sulla realtà e chi ha un autocontrollo inibitorio deve essere "mediata" il coinvolgimento emozionale del primo e la liberazione dalle inibizioni per l'invisibile (con aumento di autostima).



Nei confronti dell'invisibile l'avaro si manifesta come un oppressore. L'avaro ha un giudizio molto negativo dello scarso valore che l'invisibile attribuisce a sé stesso. Se una persona si considera poco vuol dire che vale poco e che poco sa dare. Egli pensa che l'invisibile abbia difese e risorse nascoste delle quali non lo rende partecipe, inoltre deve contrastare il senso di colpa che la vittima gli induce.

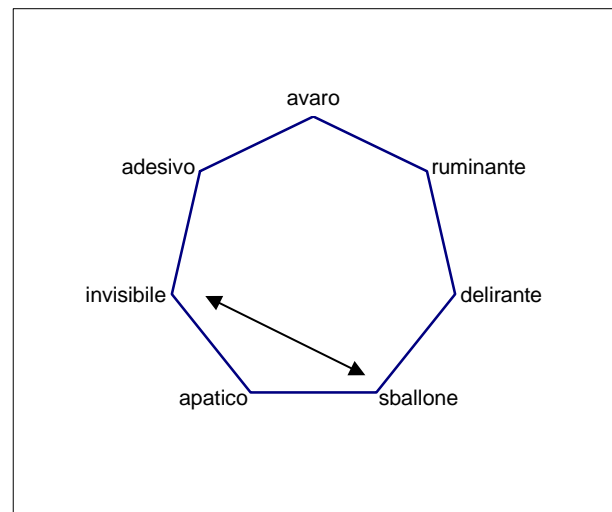
L'invisibile è sistematicamente oppresso e schiacciato dall'avaro, le cui difese lo hanno condotto all'insensibilità del non comprendere la delicatezza dell'invisibile. Il quale a sua volta accetta l'oppressione dell'avaro perché pensa di meritare tale trattamento in ragione della sua pochezza.

Insensibilità contro sensibilità, oppressione contro mancanza di coraggio, organizzazione contro umiltà, ordine contro delicatezza, responsabilità contro delega, potere contro tenerezza.

I caso di incomprensione si può mediare , dando delle regole e mettendosi d'accordo
Non si può mediare su un valore. Si può mediare su una cosa pratica → negoziazione

EVITAMENTO: SBALLONE – INVISIBILE

L'evitamento avviene quando è evidente differenza tra sensibilità ed emotività. Essa consiste nella diversa profondità interiore raggiunta da un vissuto. La persona sensibile viene invasa dalle emozioni che sperimenta, la persona emotiva reagisce con immediatezza nel suo comportamento esteriore senza assorbire in profondità le emozioni vissute. La persona sensibile si presenta come inibita ed impacciata, la persona emotiva appare disinibita. L'evitamento si stempera solo attraverso il dialogo, facendo emergere la responsabilità per lo sballone e l'incoraggiamento per l'invisibile



Conciliare questi copioni è come tentare di mettere d'accordo il pudore con l'esibizionismo. Due mondi senza punti di contatto. Da una parte la sensibilità dall'altra l'emotività.

L'invisibile è fortemente sensibile nei confronti del vissuto altrui, giacché ne percepisce i pensieri, le problematiche, i sentimenti anche nascosti. Ciò lo conduce ad un compassionevole sostegno della sofferenze altrui ma anche ad un profondo malessere interno. Lo sballone al contrario ama il piacere, non ha nessuna intenzione di nascondere, anzi se ne vanta con narcisismo e considera incomprensibile l'inibizione dell'invisibile. Il loro contatto è impossibile, l'invisibile si vergogna delle modalità ostentate dello sballone e non riesce nemmeno ad avvicinarsi a lui, lo sballone non considera attraente l'invisibile perché non trasmette nessuna sensazione intrigante e seducente. Inibizione ed eccitazione, espressività e silenzio fervore e raffreddamento, decenza e osceno

6.0 Counseling e balbuzie

Se una soluzione miracolosa per eliminare la balbuzie non è ancora stata trovata, in quanto non si conoscono del tutto le cause che ne scatenano il sintomo, esistono però tanti approcci terapeutici differenti che la riguardano. Se consideriamo il secolo scorso come inizio della moderna medicina, quella ad orientamento veramente scientifico e l'inizio della ricerca psicologica ad ampio raggio, possiamo affermare che da quel periodo e fino ad oggi, la balbuzie è stata trattata sempre con la logopedia, cioè con tecniche rieducative e sintomatiche intervenendo esclusivamente sulla correzione del sintomo fonetico. Più di recente sono sorte altre terapie che hanno individuato una causa di natura psicologica e quindi lavorano sulla riduzione dell'ansia con trattamenti autogeni e rilassamento vocalico. Il balbuziente è stato sempre visto in maniera ambigua dagli addetti ai lavori in quanto ancora non si conoscono del tutto le cause che scatenano il sintomo della balbuzie. Oggi, anche grazie al sorgere di numerosi centri specializzati, in gran parte curati da balbuzienti o ex-balbuzienti, si sta dando un ulteriore contributo alla ricerca e si assiste al sorgere di tanti approcci terapeutici differenti per eliminarla.

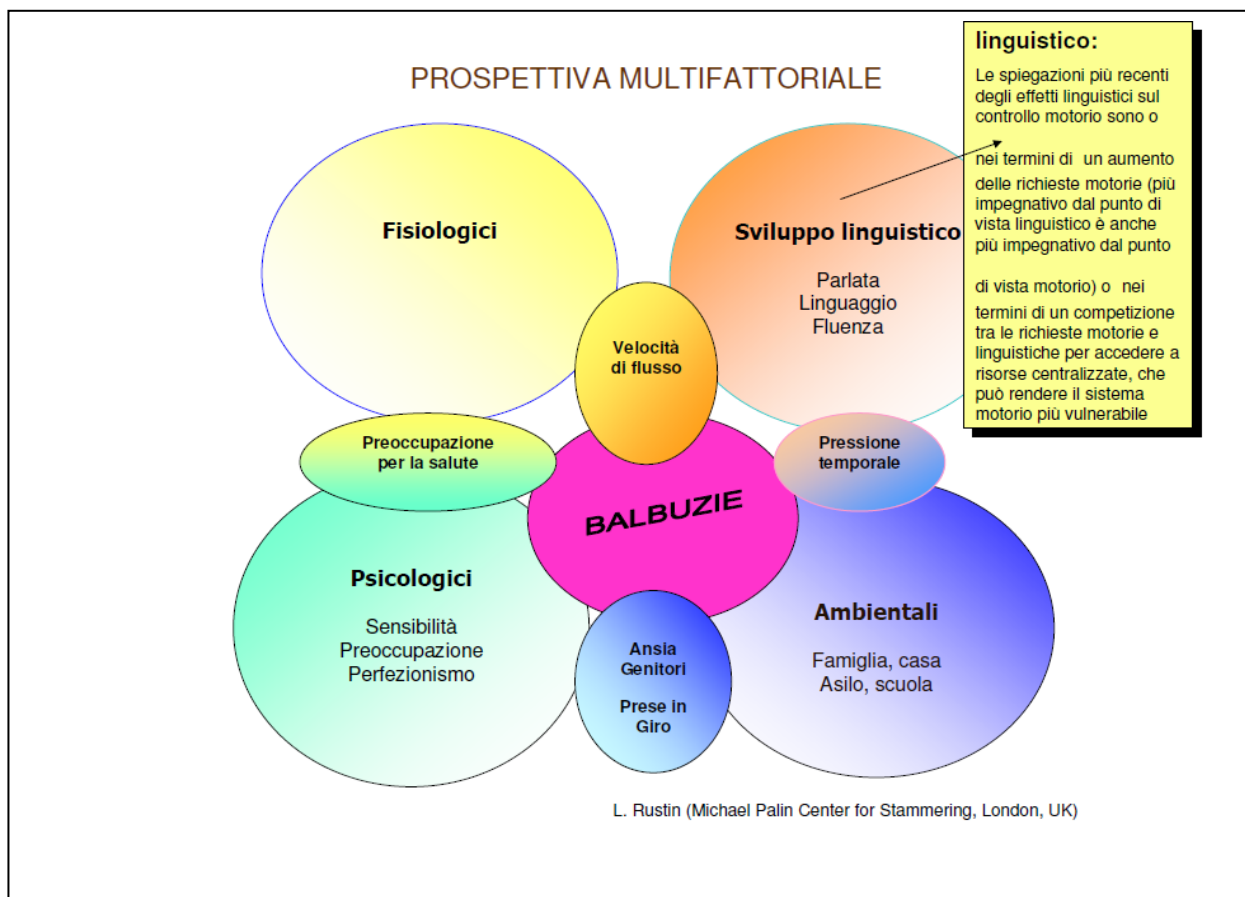
La balbuzie da disturbo multifattoriale qual è non si può correggere con delle tecniche universali o standardizzate ed il successo e l'efficacia di una terapia va valutato caso per caso e soprattutto va affrontato considerandolo in ogni suo aspetto. Ad esempio una terapia basata esclusivamente sulla correzione del sintomo disfluenza o sugli aspetti cognitivi è destinata a fallire. Invece, la presa in carico globale del soggetto balbuziente, rivolto non solo al controllo del sintomo, ma anche al monitoraggio dei fattori relazionali, sociali e psicologici che compromettono negativamente il quadro sindromico, consente di raggiungere risultati terapeutici più soddisfacenti e soprattutto più duraturi nel tempo.

L'origine multifattoriale e quindi la natura multidimensionale della balbuzie è influenzata da numerosi fattori interni (cognitivi, emozionali e comportamentali) ed esterni (interlocutori, modelli culturali, sociali, etc) comporta oggi necessariamente un approccio che, integrando più metodiche in maniera coerente, centri i vari bersagli ovvero i vari aspetti del problema. La balbuzie può essere controllata / eliminata attraverso una favorevole gestione delle condizioni verbali-comunicative e mediante un "cambiamento" della struttura di comportamento e di pensiero del balbuziente²³.

²³ Acta Phoniatica Latina, *Rivista internazionale di foniatra, logopedia e audiologia* Vol. XXX, N 2-3, Editore "La Garangola", Padova, 2008, pag. 310

Oggi da più parti si mira ad un intervento multidisciplinare e multifattoriale :
 ortofonico, cognitivo e relazionale con un trattamento volto alla rieducazione della muscolatura risoria,
 associata alla terapia cognitivo – relazionale comportamentale di gruppo.

Pertanto un percorso specifico di counseling, abbinato ed esercizi che mirino al controllo dei fattori ambientali possono risultare, al riguardo, fondamentali strumenti per superare la balbuzie.



Il trattamento della balbuzie è, sostanzialmente, strutturato secondo alcune direttive principali:

- La gestione della parola (velocità, tono muscolare articolatorio, respirazione, etc)
- La gestione delle situazioni di parola (timing, pressione temporale,interlocutori)
- La gestione delle risposte/reazioni emozionali connesse alla parola o alle situazioni della parola

In altri termini:

- Ambito Relazionale - comportamentale
- Ambito cognitivo
- Ambito emozionale

Le basi su cui si poggia il progetto di trattamento sono:

- La balbuzie è una caratteristica strutturale della persona basata su una predisposizione fisica;
- Ciò nonostante la balbuzie può essere controllata, modificata, ridotta, annullata;
- I fattori che “innescano” il sintomo sono molteplici: cognitivi ed emozionali, relazionali, temperamentali, interpersonali, e situazionali;

- Più il soggetto impara a gestire le proprie componenti cognitive – comportamentali ed emozionali che innescano la balbuzie, più il controllo del sintomo è facilitato;
- La persona balbuziente, specie in età scolare, sviluppa comportamenti e strutture cognitive “ non adeguate”, tende a pretendere da sé stesso risultati e prestazioni verbali non ottenibili e conseguentemente alle esperienze negative, attua comportamenti di evitamento che strutturano a loro volta meccanismi cognitivi patologici;
- I necessari cambiamenti di pensiero-di azione - emozione, sono inducibili sono mediante un intervento globale;

“Ristrutturare significa dare una nuova struttura alla visione del mondo concettuale e/o emozionale del soggetto e porlo in condizione di considerare i fatti da un punto di vista tale da permettergli di affrontare meglio la situazione, anziché eluderla. La ristrutturazione non cambia i fatti concreti ma il significato che il soggetto attribuisce alla situazione” (P. Warzlawick, 1974)

Le idee irrazionali rientrano in 4 categorie fondamentali (C.De Silvestri 1981)

- 1) Esagerazione delle conseguenze negative di una situazione
- 2) Pretese poco realistiche verso se stessi o gli altri o gli eventi
- 3) Giudizi sul valore umano di sé stessi o degli altri
- 4) Arbitraria definizione in termini di bisogni o necessità di propri desideri o preferenze:

Tali idee possono essere cambiate riconoscendo e riformulando gli elementi irrazionali del pensiero, lavorando sulle emozioni inappropriate, esercitandosi su comportamenti adeguati. La riformulazione del pensiero del cliente si ottiene inserendo in esso una nuova informazione che ne modifica complessivamente il significato, aggiungendo un dato o spostando l’accento su un punto piuttosto che su un altro; questa tecnica è utile per rompere una manipolazione in cui il cliente è incastrato o per allontanare un’oppressione;

Un approccio obiettivo per affrontare le balbuzie dovrebbe richiedere la collaborazione di più figure professionali, (dal counselor al logopedista, allo psicomotricista), un metodo integrato per raggiungere in armonia, un equilibrio totale della persona.

6.1 Obiettivi e risultati da raggiungere

Nel procedimento di recupero, la persona deve sentirsi amata, accettata e soprattutto rispettata nei suoi tempi, affinché possa raggiungere spontaneamente i risultati prestabiliti, senza pretendere di raggiungere obiettivi concreti in poco tempo, o magicamente.

Occorre l'acquisizione di "buone abitudini di fluenza", apprendendo a "monitorarsi" e a "modularsi" a più livelli:

- Emotivo/ relazionale : lavoro sull'ansia da prestazione verbale, sullo spettro emotivo tipico nella balbuzie (paura, rabbia, vergogna, frustrazione etc) , sulle competenze comunicative e abilità sociali;
- Corporeo: lavoro sulle tensioni, specie nelle aree: orale, cervicale e diaframmatica;
- Fonatorio/verbale;
- Aspetto cognitivo : lavoro sui pensieri disfunzionali;
- Imparare a parlare in modo libero, morbido, tonico e rilassato, con meno tensioni e sintomi secondari e NON SOLO FLUENTEMENTE. Permettendo così il miglioramento generale a lungo termine (che è sicuramente più difficile da ottenere e poco valutato) rispetto al miglioramento a breve termine che si basi esclusivamente sulla fluenza del parlato (successo molto ambito e pubblicizzato) e consentendo una migliore qualità della vita di relazione, grazie ad una ritrovata fiducia in se stessi ed autostima;

Un approccio che si adatti alle esigenze del cliente avrà le caratteristiche di alternare sia l'interesse sui sentimenti e sulle esperienze vissute che sulle tecniche che possono essergli utili a migliorare la propria fluenza. È importante sottolineare che questo è un lavoro basato sull' integrazione fisico - psichica; quindi si opera sull'integrazione balbuzie - balbuziente, tensione - emozione, mente - corpo²⁴.

FOCUS SULLA PERSONA CHE BALBETTA - quando l'attenzione è sulla persona i principali obiettivi che ci si prefigge sono quelli di aiutarlo nel:

- ampliamento del livello di coscienza delle sue emozioni, del suo modo di vedere la balbuzie e dei suoi sentimenti e atteggiamenti riguardo la balbuzie;
- prendere contatto con i dati di realtà, lavorando sui suoi costrutti riguardo alla balbuzie,
- conoscere i suoi limiti e possibilità e prendere coscienza del suo potenziale;
- rivolgere la sua coscienza su se stesso e sulla propria balbuzie, cambiando così la sua attenzione che di solito è focalizzata sugli altri;
- gestire la sua angoscia, paura, insicurezza o qualsiasi sentimento che emerga e aumenti la balbuzie;
- capire gli atteggiamenti e reazioni dell'altro riguardo alla sua balbuzie e reagire ad essi in modo adeguato;

²⁴ [www.acp-italia.it/rivista/2007/Antonella Spano - L'approccio centrato sul cliente nella terapia delle balbuzie con gli adulti](http://www.acp-italia.it/rivista/2007/Antonella_Spano_-_L'approccio_centrato_sul_cliente_nella_terapia_delle_balbuzie_con_gli_adulti)

FOCUS SULLA BALBUZIE quando l'attenzione si sposta sulla balbuzie tre sono gli obiettivi principali:

- ampliamento del livello di coscienza del proprio corpo e del proprio modo di parlare;
- cambiamento verso un tono più equilibrato della muscolatura interessata nella propria balbuzie;
- inibire le abitudini muscolari che costituiscono la balbuzie e stimolare nuove abitudini, proprie di un parlare fluente;

6.2 L'artigiano dell'educazione per affrontare la balbuzie

La persona che balbetta non ha bisogno di un dottore ma necessiterà di un "artigiano dell'educazione", cioè di un counselor, a cui toccherà innescare nuovi processi per consentirgli di uscire dalle diverse forme di disagio, per raggiungere un'armonia, un bilanciamento, un equilibrio al fine di procedere nel suo percorso esistenziale.

Il ponte emozionale tra il cliente ed il counselor è basato sulla stima e fiducia reciproca, e si può riassumere nei tre principi fondamentali enunciati da C. Rogers:

RISPETTO PER IL CLIENTE: avere fiducia nel cliente ed accettare che il cliente sia capace di prendersi la responsabilità per sé e sia in grado di fare delle scelte o prendere decisioni;

AUTENTICITA': il counselor non assume un ruolo ma è sé stesso. Non è freddo, impersonale ma autentico, una persona reale;

EMPATIA: comprensione empatica significa che il counselor sa cogliere e sentire le emozioni vissute e percepite dal cliente e sa essergli vicino.

Gli individui oggi vivono in un ambiente di vita spazio – temporale che li induce a trovare soluzioni di adattabilità veloci e continui per rispondere alle incalzanti emergenze della vita quotidiana. Tale rincorsa aumenta in maniera funzionale la fragilità di singoli e di interi gruppi sociali: a fronte di un'espansione del tempo distribuito in uno spazio senza confini si riduce la rete di sostegno primario. Alla luce delle sette personalità idealtipiche costruite intorno alle emozioni di base Prepos, paura, rabbia, distacco, piacere, apatia, vergogna e attaccamento, si condividerà un percorso relazionale con soggetti che sono annodati dalle corde invisibili dei loro copioni fin dall'infanzia e da queste non riescono ad uscire. La crescita, il miglioramento è possibile solo attraverso l'esperienza di quelle emozioni che il soggetto non conosce o che conosce poco perché stretto dal suo invisibile copione di disagio.

Il counseling relazionale applicato alla balbuzie favorisce la liberazione delle naturali capacità di recupero della persona che balbetta. Persona che balbetta, invece che balbuziente, per sottolineare l'attenzione centrata sulla persona più che sul disturbo. In questo senso, il trattamento della balbuzie è, prima di tutto, una relazione umana tra counselor e utente.

La richiesta del cliente è chiara e circoscritta (ricevere aiuto per smettere di balbettare) e per rispondere ad essa efficacemente non si può ignorare la carica di contenuti emotivi che ciò comporta. Il percorso deve coinvolgere sia la sfera fonica che la sfera emotiva per un intervento decisivo sulla balbuzie e sulle sue ripercussioni quotidiane, all'intervento di un gruppo terapeutico costituito da più soggetti che balbettano, possibilmente di diversa età per favorire il rispecchiamento e la solidarietà.

Per porre rimedio a ciò è necessario agire, unitamente alla cura ortofonica, con un lavoro di "desensibilizzazione". Ogni situazione può essere rappresentata da una scala di emozionabilità soggettiva. Bisogna agire dopo una fase di sblocco iniziale, in modo da rivoluzionare questa sensibilità alle emozioni. Si arriva così ad acquisire una emozionabilità più simile a quella dei normoloquenti, meno condizionata dai vissuti precedenti. Risulterà così normalizzata, oltre alla parlata, anche la capacità di emozionarsi, e la sensibilità agli eventi quotidiani. Solo allora potremo dire di aver effettuato una rieducazione completa ed efficace.

L'intervento del counselor relazionale, quindi, sarà finalizzato a supportare chi ha bisogno ad acquisire strumenti atti a valutare e superare la situazione in cui si trova e rafforzare il proprio potenziale. *Si tratta cioè di accompagnare la persona con balbuzie alla scoperta delle proprie capacità e risorse personali atte a favorire un cambiamento autodeterminato e responsabile.* La persona è un contenitore ricco di risorse che vanno liberate e stabilizzate (chiunque balbetti sa per esperienza di aver vissuto, sia pure con intermittenza, periodi più o meno lunghi di fluenza).

L'approccio relazionale, si integrerà con altre figure professionali (come ad esempio logopedista, psicomotricista etc) per consentire l'esercizio di tecniche ortofoniche o di liberare la motricità della persona.

Il counselor interviene quindi nella prestazione relazionale e ciò consente di sviluppare la capacità di crescita comunicativa eliminando fobie nella relazione parola-prestazione.

Il counselor lo aiuta a relazionarsi con le difficoltà, ad individuare i suoi traguardi e a percorrere la sua strada con disciplina e persistenza. Non esiste il miracolo nel trattamento della balbuzie, non esiste la parola magica, non esiste una tecnica che quando usata risolve tutti i problemi, ma esiste la possibilità di un lavoro serio, disciplinato, che aiuti il cliente balbuziente a sviluppare la coscienza della sua balbuzie e delle sue emozioni e atteggiamenti e a lavorare sui cambiamenti necessari perché la sua pronuncia diventi fluente e si mantenga tale. La persona ha bisogno di sentire che il counselor è sinceramente interessato a lui, al suo caso e che non è solo con il suo problema. I clienti che balbettano hanno bisogno di qualcuno che sia veramente contento di stare con loro, che dimostri piacere sia per quello che sono che per il coraggio con cui stanno risolvendo il loro problema.

Necessitano di qualcuno che li incoraggi entusiasticamente e hanno bisogno di imparare dall'esperienza come calmarsi quando balbettano, o quando stanno affrontando una situazione difficile. Questo può avvenire non dimostrando paura della loro peggior balbuzie, ma lasciandoli

parlare e balbettare mentre si ascolta pazientemente con un'espressione accettante sul volto. La maggior parte delle persone si lamenta delle espressioni facciali degli ascoltatori mentre conversano. Nasce quindi la necessità di lavorare con i genitori, i fratelli e i coniugi dei balbuzienti per migliorare le abilità di ascolto nei confronti dei clienti.

Specialmente all'inizio una delle cose più importanti è l'ascolto empatico e accettare con tranquillità le peggiori paure e la più grave balbuzie. "Se il mio terapeuta può accettare questo con un'espressione tranquilla nella sua faccia, la visione che ho di me non dovrebbe essere così negativa. Forse c'è speranza dopo tutto". Non appena la tensione si abbassa, e il cliente sta raggiungendo qualche successo, è il momento di rafforzare per confortare, supportare entusiasticamente e lodare. Tuttavia, non si deve solamente lodare la fluenza, ma anche la disponibilità ad essere non fluente fuori nelle situazioni esterne.

Infatti una delle cose più significative per gli adolescenti che balbettano è la disponibilità del counselor di balbettare liberamente e senza vergogna in pubblico.

Il percorso deve chiaramente intervenire inizialmente sul laringospasmo, contrastando il balbettamento tramite semplici tecniche di facilitazione della fluenza, per aprire subito lo spazio ad un percorso di un counseling orientato all'acquisizione della capacità di un controllo che permette la risoluzione stabile della balbuzie.

- Nella prima fase, attraverso l'apprendimento degli esercizi, si insegna a reimpostare correttamente la pronuncia di tutte le sillabe attraverso il modello emissivo. Si iniziano così a formulare piccole frasi lentamente per poi arrivare alla lettura e quindi alla realizzazione un eloquio fluido e scorrevole.
- Rieducare la muscolatura risoria, significa insegnare al balbuziente come riacquistare la normofluenza, attraverso esercizi respiratori (dal soffio alla voce), esercizi fonatori, ed esercizi articolatori (dalle sillabe isolate alla parola, dalle frasi brevi fino ai dialoghi, dalla lettura insieme al terapeuta alla lettura da solo e infine davanti a un uditorio).
- Infatti il balbuziente ha una serie di idee, convinzioni e modi di pensare che contribuiscono a mantenere il suo disturbo, il suo disagio e la sua sofferenza. Come Maslow (1971) ha più volte ribadito, non è ammalato: sbaglia da un punto di vista cognitivo.

A lui occorre spiegare che sentimenti, emozioni e comportamento possono essere influenzati negativamente da particolari forme di ragionamento errato che prendono il nome di distorsioni

cognitive. È quindi necessario correggere il nostro programma mentale, ovvero il modo sbagliato di vedere il mondo per migliorare il nostro stato d'animo.

Il successo di tale trattamento favorisce la desensibilizzazione continua del vissuto negativo rispetto alle situazioni pregresse di blocco, affinché il soggetto riacquisisca autostima e fiducia in se stesso.

Importante far riconoscere al partecipante la necessità di un suo impegno, poiché tende a sottovalutare la determinazione al cambiamento. Difatti vi è una componente della personalità del balbuziente che lo spinge a delegare, a posticipare, e questi sono aspetti che nella prassi terapeutica vengono affrontati da subito, senza lasciare spazio alla passività e alla indecisione.

La natura di questo tipo di intervento, attuato in un gruppo terapeutico, crea le condizioni adatte alla socializzazione delle emozioni e alla solidarietà allentando la resistenza al cambiamento. Fa così emergere e sostiene la motivazione a mettersi in gioco nel dialogo e nelle prestazioni verbali in genere, abilità verbali che chi balbetta vede compromesse nel profondo.

Il balbuziente frequentemente vede la balbuzie in modo dicotomico, perciò diventa molto importante lavorare per superare questa dicotomia e integrare le due anime della balbuzie: balbuziente e balbuzie appunto. La terapia della balbuzie si basa sull'esperienza vissuta direttamente ed in modo immediato dal balbuziente. Non ci si concentra sulla causa del problema, ma su che cos'è la balbuzie per quella data persona. È molto importante per il terapeuta l'esperienza diretta, il contatto diretto con il balbuziente e vedere come la balbuzie si presenta in quel soggetto.

La balbuzie è individuale e personale, ognuno forma la propria. C'è una balbuzie originaria e attorno c'è la balbuzie costruita. Nella terapia si lavora sulla balbuzie costruita e si cerca di arrivare alla balbuzie originaria. La balbuzie costruita è quella che viene vissuta e sentita: ogni balbuziente forma la sua balbuzie nel suo corpo. Le emozioni del balbuziente alterano la balbuzie, così come la balbuzie altera le emozioni del balbuziente, dato che esiste un intimo rapporto tra le tensioni muscolari, le tensioni viscerali e le emozioni (negative o positive che siano). Quindi è necessario capire come ogni balbuziente funziona dal punto di vista muscolare, sensoriale, immaginativo ed emozionale. Il modello di coscienza che il balbuziente ha della sua balbuzie di solito è molto superficiale; abitualmente lui percepisce soltanto i comportamenti più severi. Sviluppare la coscienza della balbuzie (cioè la capacità di percepire e sentire) è uno degli obiettivi del counseling relazionale applicato alle balbuzie.

Chi balbetta entra in contatto con una concreta possibilità di soluzione che passa attraverso una relazione con il counselor, integrata ovviamente da opportune tecniche ortofoniche, che costituisce la maggiore cifra distintiva della proposta terapeutica che abbraccia la persona anche e soprattutto nel suo bisogno di essere riconosciuto e amato. Una metodologia che rispetta le sofferenze, le rinunce, le umiliazioni di chi crede di "non potere riuscire" ma offre una valida alternativa nel cammino della

parola. Non dimentica il mondo relazionale della persona che balbetta. Per cui è bene coinvolgere sempre almeno un familiare del minore e, laddove sia possibile, anche della persona adulta.

6.3 Importanza di una terapia di gruppo

L'importanza della terapia inserita in dinamiche di gruppo risiede nel confronto allargato che permette di stimolare il valore di dinamiche interattive protese al confronto, anche limitando il senso di colpa connesso al sintomo. Diversamente, nella terapia individuale, il balbuziente, si verrebbe a trovare in una posizione di non prestazione verbale.

La persona che balbetta fa fatica a mettersi a pari con gli altri in quanto per troppo tempo è stato ingabbiato nelle proprie paure. Ecco perché l'unico contesto dove si può intervenire è il gruppo:

è in esso che le paure relazionali, i feedback negativi di memorie vissute sono sollecitate a snodarsi verso l'armonia della comunicazione verbale e non verbale in modo fortemente facilitato. È nel gruppo che possiamo sentire vivo il cambiamento e le sue possibilità, che si crea un comportamento maturo, duttile, efficace, dove si arresta quel meccanismo di controllo del temuto pensiero altrui, liberando quindi i contenuti all'interno di una forma dettata da nuove regole. Il gruppo quindi come palestra dove vivere le nostre capacità, liberare le nostre negatività, dialogare per non temere, senza paura del giudizio, dove creare le premesse di nuove regole di cambiamento verbale all'interno della società per un'evoluzione della fluenza del parlato e della sicurezza caratteriale. Il superamento della situazione di isolamento nel balbuziente avviene grazie al gruppo attraverso il quale si acquisisce consapevolezza, si impara a conoscere se stessi, si superano le proprie paure.

L'approccio rieducativo al linguaggio viene perfezionato dal coinvolgimento della famiglia e della scuola (nel caso di bambini o adolescenti) che insieme al terapeuta costituiscono l'unità inscindibile di equipe.

7. Counseling e controllo dei fattori ambientali

Riformulazione dei comportamenti verbali, emotivi e cognitivi

La balbuzie è influenzata da numerosi fattori interni (cognitivi, emozionali e comportamentali) ed esterni (interlocutori, modelli culturali, sociali, etc) che determinano l'innescarsi del sintomo "disfluenza". Pertanto la balbuzie può essere controllata / eliminata attraverso una favorevole gestione delle condizioni verbali-comunicative e mediante un "cambiamento" della struttura di comportamento e di pensiero del balbuziente. Il counseling e l'esercizio al controllo dei fattori ambientali sono, al riguardo, fondamentali strumenti di trattamento.

Attraverso l'educazione comincia un processo di cambiamento che agisce a livello emotivo, comportamentale, relazionale, permettendo di raggiungere diversi obiettivi quali: togliere il velo di mistero che spesso avvolge il parlare fluentemente e balbettare, saper rispondere alle domande degli altri sulle balbuzie, non sentirsi in colpa perché si balbetta, sapere che si può cambiare il proprio modo di parlare. Storicamente sono due gli approcci che mirano ad ottenere il cambiamento nel comportamento verbale nelle persone che balbettano: costruzione della fluenza e modificazione della balbuzie.

Il raggiungimento di una produzione verbale privi di episodi di balbuzie passa attraverso :

- Costruzione di fluenza
- Riduzione velocità di eloquio
- Attacco verbale morbido

Che mirano a loro volta al raggiungimento di questi obiettivi :

- Cambiare il comportamento verbale modificando gli episodi di balbuzie
- Ridurre le reazioni cognitive-emozionali negative (sensibilità agli stimoli verbali negativi)
- Ridurre i comportamenti secondari aggravanti

OBIETTIVO	RELAZIONE
Ridurre la velocità di parola	Parlare più lentamente aiuta a controllare il sintomo
Ridurre la pressione temporale e la fretta domestica	Il comportamento influisce sulla cognitività e sulle emozioni e viceversa
Ridurre la complessità semantica e sintattica	La riduzione della durata e complessità della frase riduce il sintomo
Introdurre pause e disfluenze fisiologiche come modello naturale della parola	I sistemi comportamentali si acquisiscono da modelli: un modello basato sulle disfluenze tipiche, facilita l'accettazione del sintomo ed evita le reazioni emozionali negative
Rinforzare i comportamenti di fluenza e di controllo della pressione temporale	I bambini riproducono i comportamenti che generano ricompense emotive o concrete. Riproducono i comportamenti che generano successo sociale

Rif. : Acta Phoniatrica Latina - Rivista internazionale di foniatria, Logopedia ed audiologia- 2008

Le persone che balbettano, spesso, manifestano un comportamento comunicativo caratterizzato da un rispetto dei turni non adeguato (si sovrappongono , mantengono a lungo il loro turno o rispondono a monosillabi), hanno uno scadente contatto oculare, difficoltà ad introdurre pause volontarie nell'eloquio e a ritardare la risposta da fornire all'interlocutore. Questi comportamenti, nella maggioranza dei casi, sono dettati dalla reattività cognitiva ed emotiva associata alla balbuzie. Quando il parlante produce questi comportamenti, la sua efficacia comunicativa risulta fortemente compromessa. Usare un buon contatto oculare, dimostra fiducia nelle proprie capacità , tanto nella parte fluente dell'eloquio tanto nella parte balbettata.

Il tempo di attesa aiuta a riconoscere quando iniziare a parlare e a prendersi il tempo di cui si ha bisogno per parlare. Riconoscere importanza delle pause dentro e tra gli enunciati in quanto questi possono modificare la velocità di verbalizzazione.

Il metodo di lavoro si baserà su:

- 1) Aspettare a parlare
- 2) Non rispondere subito

Qui si giocano importanti reazioni e comportamenti:
se aspetto ma ho paura di balbettare → balbetterò sicuramente. Se non sono “comodo” nella pausa in realtà il tono muscolare salirà , se non sono addestrato a farlo difficilmente modificherò il comportamento.

Si lavorerà inoltre su tre ambiti:

- 3) Sapere cosa dire
- 4) Non voler dire tutto e subito

Hanno a che fare con l'organizzazione del pensiero e la programmazione linguistica, ma di fatto, ancora con il fattore tempo, tempo per pensare

- 5) La fretta di parlare
- 6) Parlare in fretta
- 7) Attento a parlare con chi ha fretta
- 8) Parlare quando ho fretta

Qui si interviene sulla gestione della pressione temporale

- 9) Parlare a turno

Turn Taking e la gestione del turno della parola

Prendere il turno di parola non deve significare “iniziare subito a parlare” pertanto si aiuterà il soggetto ad inserirsi al momento giusto nella conversazione, a sostenere il contatto oculare, aspettare a parlare, abilità di sintesi, etc.

- 10) Non nascondersi e giocare a carte scoperte

Più la persona tende a nascondere la balbuzie e a temerla, più balbetta, meno ne parla più balbetta - Più discute sulla sua balbuzie e meno balbetterà

Ad esempio se i genitori provano una certa ansia quando si trovano dinanzi al figlio che balbetta, perché magari pensano che si trovi in difficoltà, possono cercare di anticiparlo, di completare le sue parole e frasi, di indovinare i suoi pensieri, in modo da non esporlo a situazioni comunicative. Questo comportamento ha delle conseguenze sul fatto che quel bambino si aspetti che anche gli altri interlocutori si comportino come i genitori o che trasmettano dei messaggi del tipo: “ Non c’è tempo” o “ Meglio che a parlare non sia io ma quelli che lo sanno fare bene”- “ Gli altri sono infastiditi dal mio balbettare” e che decida di limitare il suo parlare, o di lasciare che gli altri parlino per lui, fino ad arrivare ad evitare situazioni comunicative.

Pertanto le indicazioni pratiche, la ricerca di soluzioni mirate rispetto alle caratteristiche di ognuno, ottemperano alle seguenti indicazioni:

COMPORIMENTALE	COGNITIVO - RELAZIONALE	EMOZIONALE
<p>Comportamenti concreti, fisici, evidenti, che modificano le condizioni di :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pressione temporale • Fretta • Velocità dell’eloquio • Complicanza sintattica grammaticale <p>Cosa fare, quando fare , descrivendo accuratamente il da farsi Il comportamento “buono” è quello che fisicamente aiuta a...</p>	<p>Spiegare i il senso del comportamento, definendo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le caratteristiche della persona balbuziente, le sue difficoltà strutturali • Valutare il comportamento del familiare e non del soggetto balbuziente • Sostenere il mutuo aiuto fra adulti 	<p>Rendere partecipe il familiare di quelle che sono le oggettive, reali difficoltà di controllo del comportamento. Sperimentare emotivamente la sensazione di pausa, di diversa gestione del tempo, compresa la gestione “anomala del tempo”</p>
<p><i>Rif: . Acta Phoniatrica Latina- Rivista internazionale di foniatria, Logopedia ed audiologia- 2008</i></p>		

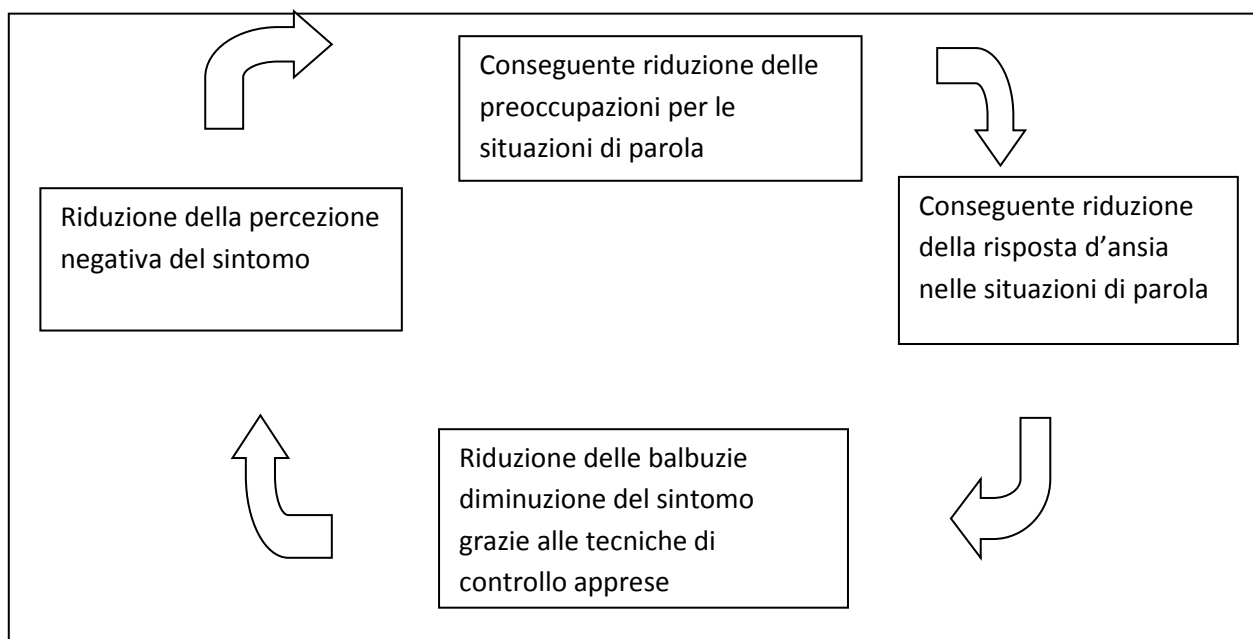
Occorre prima di tutto favorire dei processi di riformulazione del problema, in modo da modificare l’approccio del soggetto balbuziente alle situazioni della parola (permettergli di affrontare meglio la situazione, anziché eluderla). Una riformulazione che può avvenire si poggia sui i seguenti presupposti::

- La balbuzie si struttura come un condizionamento acquisito : pertanto meno si affrontano le situazioni di parola e più si tenderà a balbettare
- Gli interlocutori non reagiscono negativamente alla nostra balbuzie ma alle nostre reazioni negative alla balbuzie
- La nostra balbuzie è conosciuta agli altri e pertanto è inutile nasconderla. Più cerchiamo di nasconderla e più risulterà evidente.

- La maniera più sicura di evitare di nascondere la balbuzie (e quindi di rischiare di balbettare) è parlarne direttamente, chiedere aiuto agli altri, discuterne pubblicamente.
- Posso imparare a non balbettare
- Vengono introdotte parole chiave a slogan quali: “ se scappi la balbuzie ti insegue” balbetto parliamone”, “ se mi fermo poi vado avanti”

Il soggetto balbutterà ancora ma smette di nascondere non solo il sintomo ma se stesso. Ovviamente questo processo assume maggior validità se connesso con il lavoro di decondizionamento verbale (Gregory 1990) e con l'apprendimento di tecniche di controllo della parola.

Per la persona deve essere estremamente chiaro che desiderare il “guarire” dalle balbuzie è un sentimento comprensibile ma trasformare una speranza, un'aspettativa, in una necessità assoluta ci pone in una situazione da continuo stress da risultato. Trasformare un desiderio in un obbligo costringe la persona a non accettare nulla che non sia la fluenza continua. Questa idea va assolutamente disarticolata. Non solo perché la continua fluenza non esiste, ma perché non ha senso pretendere un obiettivo immediato difficilmente raggiungibile quando la pretesa del risultato lo allontana.



Le emozioni vissute in modo negativo (colpa, vergogna, paura, ansia) fanno stare male e portano ad assumere comportamenti di inibizione, evitamento, aggressività che a loro volta determinano altre conseguenze a breve e a lungo termine sul bambino e l'immagine che sviluppa di sé. Risulta evidente, quindi, la necessità di interrompere i legami tra emozioni e comportamenti verbali e comunicativi, per aiutare i bambini a sentire meglio quando affrontano le parole e le situazioni comunicative e a partecipare con facilità e senza limitazioni alle attività della vita quotidiana.

Occorre quindi favorire le attenuazioni di emozioni vissute negativamente e l'adozione di comportamenti verbali e comunicativi più adeguati:

- *Rendere meno terribile la balbuzie;*
- *Sdrammatizzare* : commentando ad esempio la propria balbuzie dopo che si è manifestata (“Ehi ragazzi, qui mi sono un po’ bloccato. La prossima volta devo essere più morbido” - “ Questo è stato il mio miglior blocco della giornata !”) ;
- *Diventare esperti in balbuzie*, magari insegnando agli altri a balbettare, valutando le loro prestazioni e fornendo consigli per migliorarle; parlare agli altri della balbuzie e dei fatti che riguardano il disturbo. Sono modalità per rilassare gli interlocutori, sdrammatizzare il disturbo, sviluppare un’immagine positiva di sé come persone più abili e preparate degli altri,
- *Imparare a mantenere rilassamento fisico e calma.* (mediante tecniche di rilassamento, attraverso l’uso corretto della respirazione, insegnano a riconoscere la tensione fisica ed emotiva, a monitorarle ed attenuarle);
- *Le strategie di visualizzazione* (l’immaginazione visiva) consentono di sviluppare una maggiore fiducia nei confronti della sua capacità di mantenersi calmo in determinate situazioni comunicative (immaginarsi in ufficio di fronte al capo, durante un discorso in pubblico etc);
- *Desensibilizzarsi* rispetto alle situazioni comunicative: Ridurre l’attività emotiva di fronte a situazioni comunicative vissute come “paurose”.

8. Balbuzie d'autore

I personaggi storici con balbuzie

*Sei balbuziente? Allora sei in buona compagnia!!!
Molti personaggi della storia erano balbuzienti,
alcuni dei quali davvero insospettabili.....*



La balbuzie è un disturbo che ha tormentato l'uomo fin dai tempi più antichi: perfino gli egiziani la identificavano con un particolare geroglifico. Al tempo dei Romani i balbuzienti erano soprannominati "BALBUS BLAESUS " in riferimento alla loro lingua impedita e incespicante

La balbuzie può trasformarsi in un'occasione .

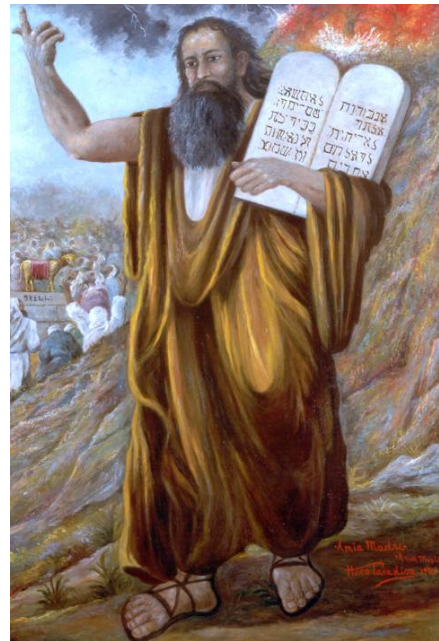
Una persona che, a differenza dei propri coetanei, è costretta infatti a fare il doppio della fatica perché balbetta è portata a sviluppare una personalità più forte, maggiormente disposta ai sacrifici e più allenata nella fatica. Armi che nella vita saranno sempre utili, al di là della strada che si deciderà di percorrere e che, in alcuni casi, possono rappresentare quella “marcia in più” che può portare a raggiungere risultati insperati. Senza contare che, leggendo le biografie di balbuzienti più famosi, si scopre che molte di queste celebrità hanno imboccato le strade che hanno cambiato il corso della loro vita proprio per sconfiggere la balbuzie (non a caso Marilyn Monroe iniziò a cantare per smettere di balbettare e Bruce Willis scoprì recitando che poteva vincere la sua battaglia con la disfluenza).

Passare in rassegna i balbuzienti più celebri è un esercizio utile a capire alcune cose fondamentali: la balbuzie si può superare e non è un ostacolo in grado di definire la vita di un uomo o di una donna, essere balbuzienti non è di certo sintomo di scarsa intelligenza. *Chi è diventato grande probabilmente ha reso grandi tutti quegli aspetti che sono presenti anche nelle balbuzie dell'uomo comune, vivacità di pensiero, la facilità introspettiva e la sensibilità,*

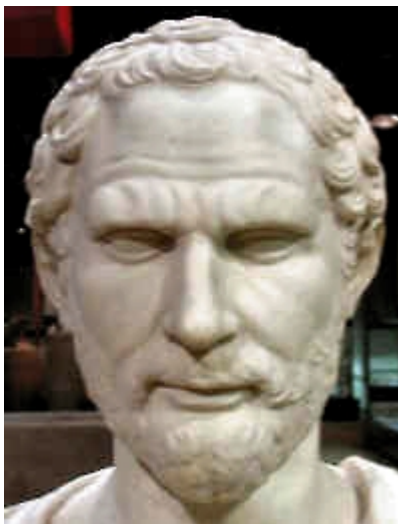
MOSE'

Il Vecchio Testamento ha uno script davvero degno di Hollywood. Si narra che Mosè, dopo aver ricevuto i comandamenti, sia rimasto piuttosto basito alla richiesta dell'altissimo di diffonderli alla folla. In effetti era un balbuziente cronico. Ma Dio, da buon psicologo pragmatico, l'ha prima rassicurato assicurandogli che era l'uomo giusto, quindi ha suggerito di far declamare i comandamenti al fratello di Mosè, Aaron

" *Io sono incirconciso delle labbra* " dice Mosè per indicare la forma di balbuzie che talvolta gli impediva di parlare al popolo d'Israele.



DEMOSTANE (384 a.C. - 322 a.C)



Il giovane Demostene aveva un sogno: diventare un oratore famoso, appassionare ed infiammare platee numerose, portare la sua voce e il suo pensiero nelle orecchie e nel cuore di tutti gli ateniesi. Sembrava un'utopia: madre natura lo aveva creato gracile, con un timbro basso e con una pesante balbuzie che rendeva faticoso per lui esprimersi e per gli altri ascoltarlo. Demostene volle crederci e, senza seguire alcuna scuola di dizione, forte solo del suo sogno, cominciò ad allenarsi. Sassolini in bocca per combattere la blesità e lunghe corse a perdifiato per dilatare i polmoni e potenziare il fiato: camminare e parlare, salire e declamare, correre e recitare. Con lo sforzo fisico quotidiano superò i propri deficit, divenne prima uguale e poi superiore a tutti gli altri. È Plutarco a trasmetterci questo bell'esempio. Sta a noi imitarlo.

Lo stesso **Cicerone**, l'immortale oratore dell'antica Roma, soffriva a causa di difficoltà verbali di cui narra lo storico Plutarco nelle sue " Vite parallele ". Sembra che le crisi di balbuzie gli sopraggiunsero quando si trovava dinnanzi a personalità importanti che gli incutevano timore, come Cesare e Pompeo Magno, i suoi celeberrimi contemporanei. Tornando all'antica Grecia, la storia ci ricorda che anche i due maggiori filosofi, Platone e Aristotele balbettavano.

ARISTOTELE (384 a.C. o 383 a.C. - 322 a.C.)

Curiosamente si legge che egli, filosofo, botanico, zoologo, fisico, critico letterario, geologo, biologo, paradossalmente non sapesse niente proprio di balbuzie. Pensava infatti che essa fosse causata da una malformazione della lingua



CARTESIO (La Haye, Turenna 1596 - Stoccolma 1650)

Filosofo, scienziato e matematico francese, considerato il fondatore della filosofia moderna.



ESOPO (620 a.C. circa – 560 a.C. circa)

Poeta e famoso scrittore di fiabe dell'antica Grecia.



SIR ISAAC NEWTON

(Woolsthorpe-by-Colsterworth, 25 dicembre 1642 – Londra, 20 marzo 1727)

E' stato un matematico, fisico, filosofo naturale, astronomo, teologo e alchimista inglese, è considerato uno dei più grandi scienziati di tutti i tempi.



NAPOLEONE BONAPARTE

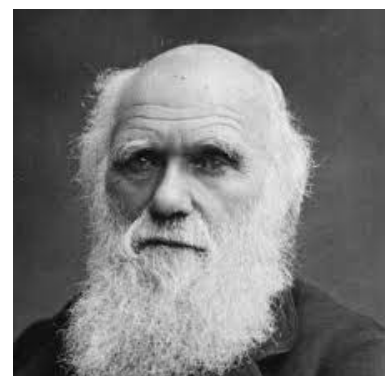
(Ajaccio, 15 agosto 1769 – Isola di Sant'Elena, 5 maggio 1821)

E' stato un politico e militare francese, fondatore del Primo Impero francese

CHARLES ROBERT DARWIN

(Shrewsbury, 12 febbraio 1809 – Londra, 19 aprile 1882)

E' stato un naturalista e geologo britannico, celebre per aver formulato la teoria dell'evoluzione delle specie animali e vegetali per selezione naturale agente sulla variabilità dei caratteri ereditari, e della loro diversificazione e moltiplicazione per discendenza da un antenato comune.





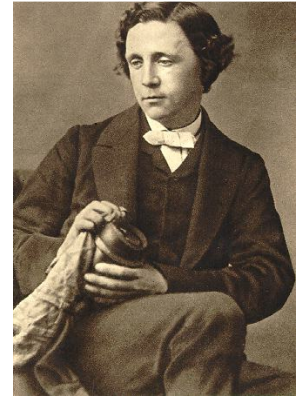
ALESSANDRO MANZONI

(Milano, 7 marzo 1785 – Milano, 22 maggio 1873)

È stato uno scrittore, poeta e drammaturgo italiano. È principalmente per il suo celebre romanzo *I promessi sposi*, caposaldo della letteratura italiana, considerato uno dei maggiori romanzieri italiani di tutti i tempi, letteratura italiana. Fu senatore del Regno d'Italia.

LEWIS CARROLL, pseudonimo di Charles Lutwidge Dodgson (Cheshire, 27 gennaio 1832 – Guildford, 14 gennaio 1898),

Forse conoscerete quel libro straordinario che è *Alice nel paese delle meraviglie*, e siete entrati nel suo mondo fatto di conigli bianchi, teiere e carte da gioco parlanti. Forse non sapete che il "padre" di Alice, ovvero lo scrittore del romanzo, Lewis Carroll, scrittore, matematico, fotografo e logico britannico, aveva problemi di balbuzie.



SIR WINSTON CHURCHILL

(Woodstock, 30 novembre 1874 – Londra, 24 gennaio 1965) è stato un politico, storico e giornalista britannico.

Il celebre statista ricorreva inoltre, per lo stesso problema, ad un altro escamotage: tenere sovente nelle occasioni pubbliche un sigaro spento o acceso tra le labbra. Un sigaro è ovviamente un pessimo rimedio, in quanto nocivo della salute e per giunta poco elegante, ma all'epoca lo statista non trovò di meglio per risolvere il suo problema, ricordando evidentemente i famosi sassolini di Demostene. Per questo particolare, in molte foto e caricature, come quella a lato, appare con il sigaro, del quale ora conoscete la vera ragione.

Da notare come mentre tutta l'Europa sta cadendo come una pera cotta nel baratro nazista, il destino vuole che in Inghilterra, ultimo e unico baluardo della democrazia vi siano al comando due balbuzienti. Re Giorgio VI e l'ufficiale Churchill. Ci pensate? Prima Dio sceglie un balbuziente per i suoi comandamenti, poi destino piazzano due persone che balbettano contro il demone dei demoni del '900.



GIORGIO VI (nato Albert Frederick Arthur George; Sandringham, 14 dicembre 1895 – Sandringham, 6 febbraio 1952)

Re del Regno Unito e degli altri Domini britannici d'oltremare



MARILYN MONROE

(Los Angeles, 1^o giugno 1926 – Brentwood, 5 agosto 1962)

Attrice, cantante, modella e produttrice cinematografica statunitense.

JULIA ROBERT

(Smyrna, 28 ottobre 1967)

Attrice, doppiatrice e produttrice cinematografica statunitense

WOODY ALLEN,

(New York, 1^o dicembre 1935)

Regista, sceneggiatore, attore, clarinettista, compositore, scrittore e commediografo statunitense, è tra i principali e più celebri umoristi dell'epoca moderna



PAOLO BONOLIS (Roma, 14 giugno 1961)

Conduttore televisivo, showman, autore televisivo e attore italiano.

Noto per la sua parlantina, che gli ha permesso di aggiudicarsi anche un Guinness World Record nel 2010 per il maggior numero di parole pronunciate in un minuto (332), a dodici anni, grazie alla recitazione, è riuscito a sconfiggere la balbuzie.

DEMI MOORE (Roswell, 11 novembre 1962),

attrice e produttrice cinematografica statunitense, di lontane ascendenze cherokee



BRUCE WILLIS (Idar-Oberstein, 19 marzo 1955)

Attore e produttore cinematografico e musicista statunitense



Nel mondo dei personaggi di sangue blu troviamo Alberto di Monaco.

Abbiamo poi diversi personaggi dello spettacolo. Gli attori James Stuart, Antony Queen, Rowan Atkinson (noto per il personaggio di Mr. Bean,, Sam Neil. In Italia Fiorenzo Fiorentini, citato come il più grande attore europeo balbuziente e Filippo Timi, Paolo Bonolis, Luca Laurentis, i cantanti Carly Simon, famosa in America, Mel Tillis (country), Robert Merrill (lirica), da noi Tony Renis

Per quanto riguarda gli scrittori, oltre ai già citati Carroll e Manzoni, troviamo il nostro Italo Calvino, e Indro Montanelli fra i giornalisti.

Un po' di sportive : Ben Johnson (atletica), Bob Love e Ron Harper (basket), Greg Luganis (tuffi), Ken Venturi e Butch Baird (golf), Thad Spencer (boxe), Bo Jackson, Pat Leahy e Chris Zorich (football americano). Tra gli italiani citiamo l'ex c.t. della Nazionale Cesare Maldini.

Premeva soprattutto evidenziare come ognuno di noi viva la propria balbuzie in modo diverso dall'altro, come alcuni riescano a superarla, come altri riescano a ridurla o almeno a viverla in modo da non lasciarsi condizionare da essa. Ma se tutti ci sentissimo veramente liberi di poterne parlare senza imbarazzo o vergogna probabilmente daremmo un grosso aiuto a quanti verranno dopo di noi: essi troverebbero persone che non proverebbero né pietà né divertimento nell'ascoltarli. E non si stupirebbero né proverebbero imbarazzo. Insomma, si realizzerebbe un sogno: un dialogo alla pari...

8.1 In che modo i personaggi famosi hanno vissuto con la balbuzie.....

ALESSANDRO MANZONI

(1785-1873)

Adesivo



La biografia di Alessandro Manzoni consente un'accurata radiografia dei mali che affliggono la balbuzie: la difficoltà a superare l'accudimento materno, la gestualità rituale che assume la caratteristica di tic e l'importanza emotiva data alla parola. Non bastò l'amore per la moglie a fargli superare la dipendenza dalla madre, anzi egli riuscì ad inglobare anche la moglie in questa simbiosi così assoluta, passò così dalla coppia madre-figlio alla triade madre-figlio-moglie.

A causa delle balbuzie dovette anche rinunciare a un seggio in parlamento. La parola soggiogò la sua vita ma lui trovò il modo di soggiogare la parola alla sua penna. Con una precisione chirurgica riuscì a penetrare nella carne dell'emozione usando la parola come bisturi. Leggendo i Promessi Sposi si ha l'impressione non di avere una descrizione delle figure letterarie e delle situazioni ma di trovarsi avvolti dai sentimenti chda una povertà comunicativa. La balbuzie ha offerto su un piatto d'argento a Manzoni l'alibi per eludere la sfera sociale e coltivare unicamente il mondo interiore.

CARTESIO (1596-1650)

(*Il pensiero rende padroni di sé stessi*)

Delirante



Renè Descartes ci conduce nel cuore de problema che affligge la balbuzie. Il dubbio. Chi cresce affiancato dall'inceppo verbale dubita di tutto e di tutti, principalmente se stesso. La formula magica è il "fai tu..fai tu", il tu di turno che può essere la mamma, il fratello, l'unico, non importa di chi, purché sia l'altro a prendersi la responsabilità di sbagliare. *Il dubbio aleggia spesso nel cielo dell'umanità, ma sempre in quello delle balbuzie.* Cartesio ha saputo fare di questa costante incertezza, l'unica sulla quale costruire tutte le altre certezze.(*....Ma subito m'accorsi che, mentre volevo in tal modo pensare falsa ogni cosa, bisognava necessariamente che io, la pensavo fossi pur qualcosa. Per cui, dato questa verità: io penso, dunque sono, è così ferma e certa che non avrebbe potuto scuoterla neanche le più stravaganti supposizioni degli scettici, giudicai di poterla accogliere senza esitazione come il principio primo della mia filosofia.*)(tratto da Cartesio, *Il dubbio metodico e la scoperta dell'io penso* .in S. Moravia, *Educazione e pensiero*, vol2, cit.,p175.

Chi adduce una lingua traballante a pretesto delle proprie incertezze personali, spingendo all'assoluto il "se non parlo non esisto", può lasciarsi guidare da Cartesio sulla strada del cogito ergo sum. Il filosofo non ha affidato alla parola la prova della propria esistenza, forse anche perché la balbuzie avrebbe potuto disconfermarla, ma al pensiero che rende padroni di sé stessi. Se si parte dall'idea che questo è l'unico possesso certo si finisce saggiamente con il modificare aspettative e desideri piuttosto che pretendere cambiamenti negli altri. E' l'insegnamento prezioso che la morale provvisoria di Cartesio regala a tutti: a chi segue la balbuzie e a chi segue la parola.

WINSTON CHURCHILL

(1874- 1965)

Motivazione e strategia
Quiete e piacere



Primo ministro inglese del '900. Affetto da balbuzie di tipo tonica, per iniziare la frase e sbloccarsi dallo spasmo alla bocca spesso usava uno starter, pronunciando ad esempio una "mmmmmm" prolungata. Elegante, edonista, esigente amava lo champagne e il whisky al malto e, sopra ogni cosa, i sigari, passione nata all'Havana all'età di 21 anni e mai abbandonata. Difficile vederlo senza un buon sigaro acceso tra le dita, suo tratto distintivo. Ciò che colpisce, della figura di Winston Churchill, è l'assoluta fedeltà a se stesso e ai propri gusti, peraltro molto decisi (una delle sue più celebri frasi è: "i miei gusti sono semplici: il massimo di ogni cosa"). Egli non ebbe bisogno di costruirsi un'immagine, né prese mai in considerazione l'idea di cambiare alcunché della propria.

La sua coerenza fu rassicurante per il popolo inglese, che ne fece il proprio punto di riferimento per decenni. Di lui colpisce innanzitutto la disinvoltura estrema del suo portamento. Lo vediamo a proprio agio in qualsiasi occasione, in uniforme, nell'immane, sobrio tre pezzi, in consueti abiti da lavoro. E' la dimostrazione più piena di quanto la personalità sia centrale nell'eleganza, attraversava la vita con grazia, distacco, naturale noncuranza. E' dal magico incontro tra stile e personalità, dal loro fondersi più pieno e naturale, che scaturisce l'armonia che sta alla base dell'eleganza. Questa proprietà, questa consapevolezza e sicurezza di sé e del proprio ruolo, questo dominio assoluto dell'immagine e del momento, tanto più efficaci quanto più interiorizzati e, quindi, "dimenticati", sono la più potente rappresentazione dello stile e della classe di un uomo.

Winston Churchill ebbe in dono dalla natura anche una personalità d'artista con la quale completò le già rare qualità di coraggio, spirito guerresco, decisionismo, abilità strategica di consumato uomo di governo. Churchill sosteneva, forse non parlando direttamente di sé, che *"a volte una leggera e non sgraziata balbuzie o qualche impedimento sono di aiuto per catturare l'attenzione del pubblico..."*. Comunque, coloro che conoscevano Churchill e parlavano della sua balbuzie sostenevano che era stato per lui un problema importante. Il suo segretario Phyllis Moir nel suo libro del 1941 *"I was Winston Churchill's Private Secretary"* sosteneva che *"Winston Churchill era nato e cresciuto con la balbuzie"*. Moir scrisse inoltre di un episodio, quando balbettò *"è s-s-semplicemente s-s-splendido" come faceva sempre quando era eccitato*". Louis J. Alber che lo aiutò a organizzare un tour di conferenze negli Stati Uniti, scrisse nel volume 66 di *"The American Mercury"* (1942) che *"Churchill si sforzava di esprimere i suoi sentimenti ma la sua balbuzie lo prendeva alla gola e la sua faccia diventava rossa"* e che *"nato con la balbuzie e con un difetto di pronuncia, il sigmatismo, entrambi causati in larga misura da un difetto del suo palato, Churchill fu in un primo momento fortemente ostacolato nei suoi discorsi in pubblico. È segno della sua perseveranza se, nonostante le sue difficoltà, è diventato uno dei più grandi oratori di tutti i tempi"*. Churchill ha saputo diventare un grande della parola anche se è partito svantaggiato, il sigmatismo e la balbuzie, probabilmente gli hanno messo i bastoni fra le ruote molte volte ma sicuramente non lo hanno fermato. *La storia conserva numerose tracce del suo spirito vincente. Il combattere ogni giorno con i nemici che seguivano sempre la sua bocca lo hanno reso più battagliero?*

Il sigaro forse lo ha aiutato a mandare in fumo l'inceppo!

MARILYN MONROE (1928-1962)

Esibizionista, alla continua ricerca del piacere – SBALLONE - ADESIVO



Impacciata, insicura e affetta da balbuzie, ha deciso di riscattarsi puntando unicamente sulla bellezza. Un esibizionismo mai sazio, alla continua ricerca di consensi, cercava il piacere ma sembrava che la conferma altrui non trovasse mai il fondo. Cercava lo sguardo curioso della macchina da presa, lo sguardo ammirato degli spettatori, lo sguardo innamorato dei suoi uomini, ma sembrava ogni volta cercare uno sguardo materno, quello che non aveva mai conosciuto.

ESOPO (620 a.C. circa – 560 a.C. circa)

Sgraziato, curvo, oggetto di scherno e derisione

INVISIBILE

Dipinto di Diego Velázquez, 1639-1640, conservato nel Museo del Prado di Madrid.



Poeta e famoso scrittore di fiabe dell'antica Grecia. Di lui si narra fosse un ragazzo dall'aspetto sgraziato, ricurvo sulle spalle, tozzo e fortemente balbuziente. A causa della sua bruttezza e del suo linguaggio i compagni non perdevano occasioni per deriderlo facendolo oggetto di crudeli scherzi, costringendolo ad isolarsi. Di animo sensibile e di fantasia creatrice, Esopo non riuscendo ad esprimere a parole i frutti della sua immaginazione per la sua grave difficoltà datagli dalla balbuzie, iniziò a descrivere la natura e le sue piccole meraviglie. Nacquero numerosissime favole, inventate studiando il comportamento degli animali e paragonandoli a quello dell'uomo.

NAPOLEONE BONAPARTE (1769 –1821)

("Eccezionale soldato: dall'irrefrenabile attività. Ha addosso il moto perpetuo,...")

RUMINANTE



La figura di Napoleone Bonaparte è una delle più affascinanti che la storia del passato ci abbia consegnato. Pochi uomini, come lui, sono stati capaci di mietere straordinari successi politici e militari e, allo stesso tempo, di lasciare un'impronta così profonda nell'immaginario collettivo dell'umanità. Dotato di un carattere forte e determinato, della capacità di prendere decisioni fulminee e di uno spirito strategico, Napoleone Bonaparte costituisce ancora oggi un esempio di leadership e le sue parole contengono insegnamenti preziosi e ci permettono di conoscerlo meglio di quanto non abbiamo fatto studiando su libri di scuola le sue grandi gesta. Napoleone "Eccezionale soldato: dall'irrefrenabile attività. Ha addosso il moto Perpetuo, un'agitazione fisica che comincia dalla testa e non si ferma nemmeno alle ultime estremità del corpo".

Soffriva di un che di maniacale, nei gesti, nei modi di fare, (tra le manifestazioni comportamentali della mania abbiamo inoltre l'incremento della progettualità, il coinvolgimento in attività ad alto tenore di rischio, associato a sottovalutazione delle possibili conseguenze negative).

La forza fisica è senza dubbio una componente fondamentale per un uomo di guerra, eppure Napoleone non ne era particolarmente dotato e dimostrò che questa carenza poteva essere colmata con una straordinaria forza di carattere.

Per guidare un esercito, una nazione o semplicemente un gruppo di persone è necessario possedere una profonda sensibilità e acuta conoscenza delle varie pieghe dell'animo umano.

RE GIORGIO VI D'INGHILTERRA

(1895 –1952)

Schivo, introverso ma coraggioso



Il principe Albert (*Bertie* per i familiari), secondogenito del re Giorgio V d'Inghilterra, era schivo, introverso e affetto da balbuzie. Dovette attraversare molte difficoltà, prima e dopo che il fratello David (Edoardo VIII) abdicasse al trono per sposare Wallis Simpson; e tutto ciò alla vigilia dello scoppio della seconda guerra mondiale, con la minaccia incombente di Hitler sull'intera Europa. Le registrazioni audio e video dei discorsi di Bertie-Giorgio VI documentano l'entità del problema e il travaglio personale di quest'uomo.

Ebbe un'infanzia non facile: dalla correzione per imparare ad usare la destra poiché era nato mancino, alla correzione delle gambe a x, alla prima tata che lo maltrattava e lo lasciava a lungo senza mangiare, fino al dispiacere per la morte del tredicenne John, il più piccolo dei suoi fratelli: poiché era affetto da epilessia, la sua esistenza e la sua morte dovevano restare celate a tutti. Giorgio VI, tra balbettii e incertezze, sarà il primo sovrano a comunicare via radio l'entrata di una nazione, la sua Inghilterra, in guerra, la Seconda Guerra Mondiale, contro la Germania nazista di Hitler, uomo che colpisce il nostro Bertie per la sua capacità oratoria che cattura e trascina, coraggioso, ma che fatica a trovare in sé le forze per poter esternare le proprie idee, a causa del suo deficit oratorio. Da questa storia è stato tratto il film "Il discorso del re", uscito nel 2010, che si è aggiudicato ben quattro premi Oscar

JIMI HENDRIX (1942 –1970)

(Droga, sesso e Rock & Roll)

DELIRANTE - ADESIVO



Jimi Hendrix, ovvero la chitarra che fece la storia del rock .Famosissimo musicista e chitarrista di Seattle (1942-1970), entrato nella leggenda in soli quattro anni di carriera, ha influenzato generazioni intere di strumentisti e compositori. Innovatore, virtuoso e rivoluzionario, dalla dolorosa storia familiare. La madre alcolista, morta per gli eccessi quando lui aveva solo 15 anni., la visitava di nascosto, in ospedale. Cresciuto tra mille difficoltà presso amici di famiglia, con il padre a caccia di lavori dignitosi con cui garantire il minimo indispensabile ai suoi ragazzi, Vista la propensione verso la musica la chitarra, gli insegnanti proposero anche che la scuola con i fondi destinati ai più bisognosi, gliene procurasse una. I compagni di strada ricordano la sua timidezza, la balbuzie.

8.2 La Balbuzie: curiosità e miti da sfatare

1) IO CREDEVO

che si potesse balbettare per imitazione o dopo aver sentito una persona balbettare.

INVECE

la balbuzie non è contagiosa. Se così fosse tutti coloro che entrano in contatto con una persona che balbetta dovrebbero balbettare. Ma così non è. Inoltre dire a un balbuziente che lui ha imparato farlo per imitazione equivale a sminuirlo e a umiliarlo: con tante caratteristiche favorevoli da imitare perché mai avrebbe dovuto scegliere la balbuzie, che poi gli sarebbe stata nociva e svantaggiosa?

2) IO CREDEVO

che uno spavento potesse causare la balbuzie.

INVECE

bisogna ammettere che se ciò fosse vero tutti balbutterebbero! Chi è che non ha mai vissuto l'esperienza di uno spavento?

3) IO CREDEVO

che il nervosismo, l'ansia, l'insicurezza, la timidezza e la bassa autostima fossero la causa della balbuzie.

INVECE

i fattori psicologici non causano la balbuzie anche se la possono aggravare. È altrettanto sbagliato pensare che i balbuzienti siano più propensi ad essere nervosi, paurosi, ansiosi, timidi o con bassa autostima. Alcune persone con balbuzie possono avere tali timori quando devono parlare, ma queste caratteristiche sono piuttosto la conseguenza di esperienze comunicative frustranti legate alla balbuzie e non la causa della balbuzie.

4) IO CREDEVO

che con un bambino che balbetta è meglio far finta di niente per evitare che prenda coscienza del suo problema.

INVECE

non è così. Non è che parlando ad un bambino in età prescolare delle sue difficoltà causi la balbuzie, facendo sì che le comuni esitazioni si trasformino in balbuzie vera e propria. Allo stato attuale degli studi e delle ricerche si sa che non è così. Parlare al bambino delle sue difficoltà, naturalmente in maniera appropriata, eviterà che il disturbo si fissi o peggiori. Anzi occorre che lui percepisca il sostegno dei genitori sentendosi anche incoraggiato a condividere con loro quello che gli succede. La congiura del silenzio riguardo serve solo a far crescere la distanza tra genitori e figli e a fare della balbuzie un pericoloso tabù.

5) IO CREDEVO

che il bambino balbettasse per richiamare l'attenzione dei genitori su di sé.

INVECE

la balbuzie non è volontaria e perciò il bambino non balbetta per richiamare l'attenzione su di sé. Altra cosa è il manifestarsi o l'accentuarsi della balbuzie per delle situazioni emotive particolari.

6) IO CREDEVO

che i genitori fossero i principali responsabili magari per la loro educazione repressiva e censoria.

INVECE

la realtà è tutt'altra: la balbuzie è un disturbo neurobiologico che spesso si manifesta indipendentemente dal comportamento dei genitori come risulta ormai dalla ricerca scientifica in questo settore.

7) IO CREDEVO

che uno balbetta perché il suo pensiero è più veloce della parola.

INVECE

si osserva che in tutte le persone in realtà il pensiero è più veloce della parola. Per tutti il pensiero è come se fosse il lampo e la parola il tuono che l'accompagna poco dopo. Perciò la velocità del pensiero non spiega in senso causale la balbuzie. Tutti pensano più veloce ma non tutti balbettano.

8) IO CREDEVO

che se chi balbetta s'impegna con tutta la sua forza di volontà, riesce a parlare senza balbettare.

INVECE

visto che la balbuzie è involontaria, la persona non riesce ad esercitare un controllo assoluto sulla sua parola. Non è dunque con la forza di volontà che si riesce a impedire alla balbuzie di venir fuori. D'altro canto però la forza di volontà è una grande alleata nel superamento della balbuzie in quanto rende possibile una fattiva risposta al trattamento specialistico.

9) IO CREDEVO

che la balbuzie fosse psicologica visto il miglioramento che si registra nel parlare quando c'è un'alterazione del feedback acustico (es. cantando, recitando o quando in discoteca si parla con qualcuno mentre c'è la musica ad alto volume).

INVECE

la realtà è un'altra: quando il feedback acustico viene modificato, il linguaggio non è più 'elaborato' automaticamente dal cervello. In questo caso è il cervelletto ad entrare in azione, costretto ad isolare delle piste acustiche dal suono esterno per poter temporalizzare il parlato. È lo stesso effetto che si viene a creare quando si legge in coro, quando si parla al ritmo del metronomo, condizioni che temporaneamente migliorano il parlato del soggetto disfluente.

10) IO CREDEVO

che la balbuzie fosse psicologica dal momento che l'interlocutore 'condiziona' fino a scatenare la balbuzie o comunque un peggioramento nel parlare.

INVECE

la cosa si spiega con l'attivazione della risposta di congelamento. Quest'ultima riguarda una riduzione generale dell'attività dell'organismo: diminuisce il battito cardiaco, la pressione arteriale, e i movimenti propri del parlare. Quando qualcuno, balbuziente o non, si trova in una situazione di dubbio, il cervello manda l'ordine al corpo di muoversi meno fino a che la persona non decide cosa fare. Nel caso delle persone con balbuzie la situazione di "incertezza" può peggiorare la difficoltà nell'eloquio. Questo può spiegare perché si migliora quando si parla o si legge da soli.

11) IO CREDEVO

che chi balbetta fosse meno intelligente.

INVECE

non c'è alcuna relazione causale o consequenziale tra balbuzie e intelligenza: non è la mancanza di intelligenza la causa della balbuzie nè la balbuzie rende la persona meno intelligente. Alcune persone con questo disturbo talvolta manifestano meno le loro opinioni e questo comportamento può indurre a pensare che siano meno intelligenti, cosa non vera. Anzi ci sono studi che evidenziano l'esatto contrario.

12) IO CREDEVO

che lo stress causasse la balbuzie.

INVECE

no: lo stress non causa la balbuzie ma la può “aggravare” così come a volte la può ridurre. Nella letteratura scientifica vengono riportati casi in cui soldati balbuzienti parlano fluentemente in situazioni di guerra e casi di persone che durante le discussioni registrano una significativa riduzione della balbuzie. I mutamenti che si producono a livello , in virtù della risposta graduata di congelamento, spiegano il miglioramento o il peggioramento della parola in condizioni di stress.

13) IO CREDEVO

che far leggere il bambino balbuziente ad alta voce in classe lo aiutasse a vincere la timidezza e la paura di parlare.

INVECE

si deve prima chiarire che la timidezza e la paura non sono la causa della balbuzie. Quindi non ha alcun fondamento la credenza secondo la quale se il bambino smette di essere timido e di aver paura, smetterà di balbettare. Piuttosto la timidezza e la paura sono spesso conseguenza della balbuzie. Il bambino può aver paura di parlare non perché pensa che potrà balbettare ma perché sa che balbeterà, è consapevole di non riuscire ad evitare i blocchi. Un’aspettativa, quella di parlare fluentemente, continuamente disillusa. D’altro canto la paura può di fatto aggravare la balbuzie. Perciò costringere un bambino a leggere ad alta voce in classe può solo contribuire a peggiorare le cose.

(STUTTERING FOUNDATION OF AMERICA. (2007). Myths about stuttering. Adattamento a cura di Piero D’Erasmus. Punto Parola - Centro Italiano Balbuzie)

8.3 Atteggiamenti positivi per prevenire al balbuzie Consigli per papà e mamma.....

A molti genitori è stato detto di non dare importanza alla balbuzie, per paura che questo la accentui. Oggi sappiamo che questo non è vero. Parlare della balbuzie non farà balbettare di più tuo figlio. In realtà, può persino aiutare! Reagisci alla balbuzie del tuo bambino in un modo aperto ed attivo. Considera la balbuzie come qualsiasi altra difficoltà il tuo bambino possa avere quando si trova a imparare una abilità complessa (come imparare a saltare o ad andare in bicicletta) e tratta la balbuzie nello stesso modo positivo, paziente e propositivo.

In questo sforzo di sintesi si augura di fornire ai genitori linee di approccio e di primo contenimento ormai condivise dalla ricerca teorica e specialistica internazionale.

1. Parole, gesti, azioni che denotano preoccupazione per il modo di parlare del vostro bambino non lo aiuteranno.
2. Evitate di etichettare il bambino come balbuziente né dovete permettere che altri lo facciano.
3. Stabilite un buon contatto oculare col bambino, che dovrà percepire il vostro interesse e il vostro piacere di ascoltarlo.
4. Parlare all'inizio o durante il discorso di vostro figlio inibisce la sua comunicazione. Parlate alla fine.

5. Modello di buona comunicazione

Tu rivesti un importante ruolo come modello per le capacità di comunicazione di tuo figlio. Puoi impiegare uno stile di comunicazione che è affrettato, precipitoso, veemente; o puoi usare un modo di parlare più sciolto, tranquillo e rilassato.

Usare delle pause può aiutare tuo figlio a imparare un modo di parlare rilassato, non affrettato. Quando i bambini sperimentano queste interazioni più serene, sentono una minore pressione a essere all'altezza. Questo può aiutarlo a ridurre la tensione che sentono quando parlano. Offrite un buon modello di linguaggio. Parlate più che potete con il vostro bambino con tranquillità e con una buona articolazione.

6. Riduci le richieste

Nel momento in cui il tuo bambino sviluppa capacità più avanzate di parola e di linguaggio, farà esperienza di maggiori richieste sulle sue abilità nel parlare. Ridurre la quantità di discorsi a "richiesta" ("Di' alla nonna cosa hai fatto oggi") può diminuire la pressione che sente e può aiutarlo a comunicare con successo, anche quando balbetta. Forzare il bambino perché parli davanti ad altre persone gli crea stress comunicativo così come pretendere che si esprima oltre le possibilità del suo vocabolario.

7. Fare domande che esigono risposte molto lunghe rischia di suscitare nel bambino un senso di incapacità e di inadeguatezza.

8. Ogni stimolazione eccessiva stressa il bambino e non contribuisce a costruire intorno a lui un ambiente tranquillo.

9. Attraverso gesti e parole mostrate a vostro figlio di apprezzare le sue qualità. Elogiatelo per un disegno, una buona azione, un determinato comportamento, ecc.

10. Se notate che il bambino è preoccupato per il suo modo di parlare, dategli che quando i bambini stanno ancora imparando a parlare è normale che ripetano alcune parole.

11. Evitate di chiedere al vostro bambino di parlare quando è sotto l'effetto di un'intensa emozione. Il pianto produce già di per sé intermittenza tra parola e respiro. Quando si chiede qualcosa al bambino che piange, per quanto egli cerchi di organizzare i suoni, non ci riuscirà. Balbeterà di sicuro.

12. Evitate di insegnare al bambino dei trucchi per non balbettare. Anche perché non è detto che questi funzionino. E ciò lo farà sentire sicuramente "in difetto" e forse anche "in colpa".

13. Ascolta tuo figlio

Ascolta il messaggio che il tuo bambino sta cercando di comunicare, non il suo balbettare. Puoi dimostrare a tuo figlio che stai ascoltando non completando le sue frasi, non aggiungendo parole o dando semplicistici consigli come "Rilassati", "Rallenta" o "Fai un bel respiro". Si comunica in questo modo la sua diversità e forti livelli di ansia che appartengono all'adulto ma non al bambino.

Incoraggialo allo sviluppo delle capacità di una sana comunicazione dimostrandogli che ciò che lui sta dicendo è più importante di come lo sta dicendo. Dai a tuo figlio un feedback di ciò che hai ascoltato in modo che lui sappia che è stato capito. . Incoraggia nel tuo bambino lo sviluppo delle capacità di una sana comunicazione dimostrandogli che ciò che lui sta dicendo è più importante di come lo sta dicendo. Dai a tuo figlio un feedback di ciò che hai ascoltato in modo che lui sappia che è stato capito.

14. Evitate di completare le frasi del bambino; abbiate pazienza e ascoltate con tranquillità ciò che deve dire anche se ci mette tempo.

15. Diminuisci le pressioni temporali

Pressione temporale è sentire che dobbiamo agire o parlare velocemente, Troppa pressione temporale rende più difficile fare le cose che vogliamo fare. Puoi diminuire la pressione temporale sul tuo bambino diminuendo le interruzioni e incoraggiando nel tuo ambiente familiare la buona abitudine di fare a turno. Permettere delle pause e il silenzio durante la conversazione ti aiuterà a creare un ambiente più facilitante per il tuo bambino

16. Evitate il panico ogniqualvolta vostro figlio si blocca. E il panico lo si può trasmettere anche attraverso il linguaggio del corpo: gesti nervosi con le mani, movimenti particolari con gli occhi, sul viso, ecc.

17. Stabilite un tempo da dedicare ogni giorno a vostro figlio per raccontargli storie o parlargli liberamente ispirandovi per esempio alle figure di un libro.

18. Preparare il bambino ad affrontare situazioni nuove, simulando l'evento e tranquillizzandolo per ridurre i suoi livelli di ansia naturale.

19. Se è un giorno propizio in cui vostro figlio sta balbettando poco o per niente, fate in modo che abbia anche maggiori opportunità di parlare. Per esempio: spegnere la TV per fare un gioco con le marionette, raccontare storielle, visitare un amico, fare piccole commissioni, ecc. Esplorate in tutti i modi la sua fluenza.

20. Se è una giornata nera in cui il bambino sta balbettando molto, sistemate ogni cosa in modo che egli abbia poche occasioni di parlare. Per esempio: è raccomandabile vedere la TV, andare al cinema, ascoltare storie e canzoncine dallo stereo, ritagliare o incollare figurine, disegnare, ricostruire i puzzle... Contenete in tutti i modi la sua disfluenza.

21. Fate solo domande necessarie e che richiedano risposte brevi.

22. Inventate giochi sulle note di un canto fatto in coro o giochi in cui il bambino vi imita e ripete quello che voi dite, con una certa lentezza e una buona articolazione.

23. Guardate il vostro bambino negli occhi mentre parla, mostrandovi sereni e attenti a ciò che dice.

24. Il miglior modo per non far notare che state facendo attenzione alla sua balbuzie è mostrarsi molto più interessati a quello che il bambino dice, piuttosto che a come lo dice.

8.4 Barzellette per riderci un po' su....

- ✓ Due amici balbuzienti si incontrano e uno fa all'altro: "L-lo sai c-c-che han-n-n-o a-a-perto u-u-una sc-sc-scuola p-p-per ba-ba-ba-ba-ba-lbuzien-ti?". E l'altro: "perché n-non ba-ba-ba-lbettiamo bene?!"
- ✓ Chi è il balbuziente? Un uomo di poche parole, ma di molte sillabe!
- ✓ Un balbuziente decide di andare a scuola di dizione. Un mese dopo incontra un amico che gli chiede: "Allora, come va?" Sei migliorato?". E l'altro: "Senti: sette serpenti sibilano in salotto sotto il sofà!". L'amico è sbalordito: "Ma è incredibile! Fantastico! Non hai più problemi! Sarai contento, immagino!". "S-s-sì, m-m-ma è u-u-una fr-frase un po-po-pò dif-dif-difficile d-d-da in-in-inserire i-i-in u-u-una co-co-co-conversazione
- ✓ "Suo figlio è balbuziente dalla nascita?". "NO, da quando ha cominciato a PARLARE !".
- ✓ Un balbuziente ha un difetto particolarissimo: non può pronunciare le parole che iniziano per B. Con l'aiuto di una logopedista e con molto esercizio una sera riesce a dire: "Questa è una b.... Questa è una b.... Questa è una b.... Questa è una birra!!!!". Il giorno dopo va al pub con gli amici, e cerca di stupirli! "Cameriere! Una B... una b... una b... Una birra, per cortesia!" "Bionda o Bruna?"..."Cocacola, grazie!"
- ✓ Un vascello, alquanto malconcio dopo una tempesta, si dirige al porto più vicino, quello di Pearl Harbour. Tutte le scialuppe di salvataggio sono andate distrutte, e il rischio di affondare è alto. Allora il capitano, che tartaglia, chiama a sè la ciurma: "Qu... quando gri... grido Pe.. Pe... Pearl Harbour, tu... tu... tutti in acqua e nu... nu... nuotare fino alla co... co... costa". Qualche ora dopo: "Pe... Pe... Pe...". E tutti i marinai si buttano felici in acqua. "Pe... Pe... Pescecani!".
- ✓ Un uomo balbuziente lavorava in una fabbrica e riusciva a parlare normalmente solo quando cantava. Un giorno scoppio' un incendio e la fabbrica stava andando a fuoco. Allora il signore balbuziente provò a chiamare i pompieri e diceva: "Pppppronto aiiuuuto la ffff" e si bloccava lì. Il pompiere diceva: "Mi scusi, ma non dica fesserie e... buonasera". Questo fatto si ripeté diverse volte, e allora il balbuziente decise di cantargliela al telefono: "La fabbrica va a fuoco". E il pompiere: "paraponziponzipò".

BIBLIOGRAFIA

- Acta Phoniatica Latina, Rivista internazionale di foniatría, logopedia e audiologia Vol. XXX, N 2-3, Editore “La Garangola”, Padova, 2008
- Barbagli Lorenzo, Pedagogia Relazionale - Umanità, Relazionalità, Persona nel modello Prepos, La Bancarella Editrice - Piombino, 2014
- Bitetti Antonio, La Balbuzie un problema relazionale, Armando Editore, 2006
- Cadonici Paola, L’Alchimia delle Balbuzie, Rubettino Editore, Catanzaro, 2001
- Caruso Enrico, Balbuzie. Aiutiamoci con 100 risposte, Franco Angeli Editore, 2011
- Cenpis, La Nuova frontiera – Affrontare lo stress liberando la mente e il corpo, Armando editore, Roma, 2009
- D’ambrosio Mario, Scacco alla Balbuzie in Sette Mosse, manuale di autoterapia e homework, (eBook), Franco Angeli editore, Milano, 2102
- Ingenito M. Teresa, Discutendo di balbuzie. Ricerca e diagnosi in età evolutiva, Franco Angeli editore, Milano, 2012
- Ingenito M. Teresa, La balbuzie nell’età adolescenziale. Clinica e riabilitazione, Franco Angeli editore, Milano 2003
- Masini Vincenzo, Dalle emozioni ai sentimenti. Manuale di artigianato educativo e di counseling relazionale, Nuova Edizione. Edizioni Pre.Pos., Terni, 2009
- Oddo Francesco. La Balbuzie, il difetto dei troppo intelligenti, Edizioni Del Faro, Trento 2014
- Rocca Renzo; Stendoro Giorgio, La balbuzie. Una tecnica per sconfiggerla, Armando Editore, Roma, 2008
- Santilli Marco, La balbuzie a scuola: diagnosi e metodi riabilitativi – Diagnosi e metodi riabilitativi Armando Editore, Roma, 2011
- Strocchi Maria Cristina. BALBUZIE il trattamento cognitivo-comportamentale, Edizioni Erickson, Trento, 2003

SITOGRAFIA

<http://www.prepos.it/AREASCOLASTICA>, Barbagli Lorenzo, Masini Daniele, Masini Vincenzo, Disabilità e Counseling, Itinerari di Ricerca, strumenti di intervento e di comprensione per l'integrazione delle persone disabili nella scuola italiana, Edizioni PREPOS, Collana Counseling Scolastico

<http://www.prepos.it/tesi%20paola%20nardini.htm>, Nardini Paola, I disturbi specifici dell'apprendimento e l'artigianato educativo, tesi di diploma in counseling relazionale, Prevenire è Possibile

www.prepos.it, Progetto "Camminando Insieme" Riflessioni laboratoriali per migliorare la consapevolezza nel rapporto con gli altri, con il mondo e con il sé - Roma, 2011. Di Daniela Troiani

www.prepos.it, Troiani Daniela, Quattro laboratori per migliorare le relazioni

www.prepos.it, Siccardi Sergio, Analisi autobiografica: i comportamenti disfunzionali di controllo e ansia, attivazione, confusione, angoscia e panico, astenia, impressionabilità e affanno

www.prepos.it : Aliastro Alberto, Le disfunzioni relazionali relative all'ansia, tesi Scuola di Counseling Relazionale PREVENIRE E' POSSIBILE

www.prepos.it : Sintesi processi di counseling alle tipologie

www.psicoterapeutiinformazione.it, Novelli A. Il trattamento cognitivo-comportamentale nella disfluenza verbale. Psicoterapeuti in formazione - n° 1, 2008, pp5-20 - Studio di Psicologia e Psicoterapia Cognitivo-Comportamentale – Rimini

www.asscouns.it/RIVISTA/II%20professionista%20delle%20relazioni%20Umane3%20def.pdf - Il Professionista delle Relazioni Umane – Periodico di informazione e aggiornamento anno 2012 n° 1

www.acp-italia.it/rivista/2007/Antonella_spano_-

[l_approccio_centrato_sul_cliente_nella_terapia_delle_balbuzie_con_gli_adulti.pdf](#)

- Balbuzie che fare: Spunti per l'insegnante
- www.prontoparola.it
- www.balbuzie.com
- www.astrazione.it/assets/balbuzie.pdf
- www.stutteringcentre.com
- www.sosbalbuzie.it
- www.cild.it
- www.iltuopsicologo.it

RINGRAZIAMENTI

Questo lavoro assume per me una valenza particolare che va ben oltre le pagine di questi fogli. E' l'emblema tangibile di come si possano trasformare le difficoltà in risorse, autentico preludio di un nuovo percorso. Simbolo del passato, accettato, svelato, disarmato e al tempo stesso espressione del presente e del futuro, frutto di un nuovo modo di sentire e di vivere le relazioni. Naturale prosecuzione di un percorso condiviso e di una rinnovata esperienza umana resa tale da una nuova consapevolezza e dall'incontro con tante persone speciali.

Ringrazio:

La mia famiglia e Sara per esser sempre presenti

Il mio gruppo di formazione, con i quali abbiamo condiviso e sperimentato, tra lacrime e sorrisi, tutte le emozioni

Il Prof, Masini, Lorenzo Barbagli e tutto lo staff Prepos che si prodigano per dare a tutti nuove opportunità e consapevolezze

Antonio, Alberto, Rosaria per i preziosi consigli e il percorso di condivisione intrapreso

Questo lavoro lo dedico a me stessa e a tutte le persone che hanno creduto in me e a quanti condividono con me l'emozione di questo momento