**La balbuzie**

Associazione Italiana balbuzie e comunicazione

Parlare di balbuzie non è facile, naturalmente. Basti pensare che sono stati scritti moltissimi libri, soprattutto all’estero, e che le teorie sulle cause sono ancora molte e molto dibattute. Per non parlare dei vari metodi di cura.

Proviamo ad offrire nelle pagine che seguono il nostro contributo, frutto di ricerche, di letture, di confronto e anche di esperienze personali.

* [Fluenza e disfluenza](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/fluenza-e-disfluenza)
* [Il balbuziente](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/il-balbuziente)
* [Che cosa è](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/che-cosa-%C3%A8)
* [Nei bambini in età prescolare](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/nei-bambini-in-et%C3%A0-prescolare)
* [Nei bambini in età scolare](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/nei-bambini-in-et%C3%A0-scolare)
* [Negli adolescenti](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/negli-adolescenti)
* [Negli adulti](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/negli-adulti)
* [Indicazioni per gli insegnanti](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/indicazioni-per-gli-insegnanti)
* [Indicazioni per i medici](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/indicazioni-per-i-medici)
* [Riconoscimento invalidità civile](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/riconoscimento-invalidit%C3%A0-civile)
* [Nella storia](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/nella-storia)
* [Le interviste (im)possibili](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/le-interviste-impossibili)

**I concetti di fluenza e disfluenza**

Prima di parlare di balbuzie, è importante capire il concetto di fluenza e disfluenza. La fluenza è generalmente descritta come il naturale scorrere del linguaggio. Per la maggior parte dei parlanti, parlare fluentemente è facile e non richiede alcuno sforzo. Un eloquio fluente è generalmente libero da interruzioni, blocchi, e ripetizioni o frammentazioni di parole. La disfluenza è un´avaria nel naturale scorrere del linguaggio. Per tutti i parlanti, un limitato grado di disfluenza è normale. Per esempio, possono inserire brevi suoni o parole, come "ehm", "cioè", o "quindi", mentre parlano. Inoltre, i parlanti possono correggere, o ripetere intere parole o frasi (per es. per chiarirne il significato). Le disfluenze appaiono per lo più spontanee e il parlante non sembra accorgersi di alcuna difficoltà. Per i bambini piccoli, la disfluenza è parte del normale sviluppo del linguaggio, specialmente in età prescolare (tra i 2 e i 5 anni). 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, scegliendo le corrette strutture grammaticali, e producendo correttamente suoni e parole. Solitamente, un bambino avrà meno di 10 disfluenze ogni 100 parole, cioè produrrà disfluentemente meno del 10% delle parole.

Ma queste disfluenze non sono balbuzie. Il parlare balbettato è solitamente caratterizzato da un eccessivo grado di disfluenze (più del 10% delle parole), o dai tentativi del parlante di evitarle. Le disfluenze prodotte dai balbuzienti sono spesso simili a quelle degli individui che non balbettano, ma alcuni tipi di disfluenza hanno maggiore probabilità di apparire nei primi. Queste disfluenze comprendono ripetizioni di sillabe e parole (ga-ga-ga-gatto), prolungamento di suoni (sssss-secchio, ffffff-fieno), e blocchi completi del flusso respiratorio o della produzione di suono. Questi fenomeni vengono chiamati disfluenze da balbuzie. Un´ulteriore differenza riscontrabile tra le normali disfluenze e le disfluenze da balbuzie è che le ultime appaiono spesso molto più gravose, e il ritmo delle ripetizioni o delle parole può divenire brusco e irregolare.

La maggior parte delle persone che balbettano reagiscono negativamente alle loro disfluenze. Si possono sviluppare tutta una serie di reazioni fisiche, compresa la tensione dei muscoli coinvolti (per es. lingua, mascelle, labbra, petto) e non coinvolti nel linguaggio (per es. spalle, arti, fronte). Inoltre, le persone che balbettano spesso sviluppano reazioni emotive e idee negative sulla loro balbuzie, come vergogna, senso di colpa, e frustrazione, e molti anche su se stessi e sulla loro capacità di parlare. Queste reazioni psicologiche, emotive e attitudinali (cognitive), sono spesso molto dannose per il processo comunicativo, e in generale per la vita del soggetto.

**Il balbuziente**

Mi interesso di balbuzie praticamente da una vita. Ho cominciato occupandomi della mia – molto grave e davvero invalidante – poco prima di compiere i 22 anni, dopo avere lungamente e testardamente rifiutato gli inviti dei miei genitori a “fare qualcosa”. Verso i 27 anni, come scritto nella prefazione, ho dato una mano a diversi “compagni di viaggio” attraverso il primo gruppo di auto-aiuto in Italia. Più tardi, dopo avere raggiunto un insperato ottimo livello di fluenza, mi sono occupato di balbuzie affiancando in qualità di volontario professionisti seri e qualificati. Infine, da molti anni, continuo ad occuparmene facendo volontariato nella nostra Associazione.

Questa lunga attività mi ha consentito, dando anche un senso alla mia vita, di incontrare oltre 10.000 persone con balbuzie. Con diversi di loro ho percorso tratti più o meno lunghi di cammino, con altri ci siamo persi di vista perché la vita ci porta spesso a percorrere strade e a vivere situazioni diverse. Eppure ancora oggi, a distanza di tanti anni, c’è qualcuno che mi contatta dopo aver scoperto il mio profilo su Facebook o aver trovato il sito dell’Associazione in Internet. Magari si meravigliano di trovare me e tanti amici ancora sulla breccia. Loro erano andati per la loro strada, come è naturale che succeda. Il contatto di oggi avviene a volte per un “ritorno di fiamma” della balbuzie e quindi per un nuovo interesse all’argomento; oppure perché il figlioletto (accade spesso) ha cominciato a balbettare e quindi rinnova un dolore dimenticato o quanto meno accantonato; a volte succede per la nostalgia di tante belle iniziative realizzate insieme o magari accade per semplice curiosità. Tutte queste persone, gli “amici ritrovati”, regolarmente ci ringraziano per il fatto di “esserci ancora”, per il fatto che da anni continuiamo ad essere un punto di riferimento per quanti, in Italia, sono a vario titolo interessati alla balbuzie.

“I have a dream”, diceva Martin Luther King. Anch’io ho un mio sogno, molto più piccolo ma non per questo più facile da realizzare e comunque per me ugualmente importante: vedere un giorno che la balbuzie non condiziona e non segna più la vita di tanti bambini, tanti giovani e tanti adulti; sentire che si parla di balbuzie senza vergogna e senza imbarazzo; scoprire che anche in famiglia non c’è più la “cospirazione del silenzio”. Non so dire, viste le molte difficoltà che ancora ci frenano, se la mia sarà alla fine soltanto un’utopia. A me piace tanto “L’isola che non c’è” di Edoardo Bennato, piuttosto che canzoni sui rimpianti. Diceva Henry Ford: “Coloro che rinunciano a tentare sono molto più numerosi di quelli che hanno fallito”. Beh, io almeno ci avrò provato.

*Piero Pierotti*
Presidente AIBACOM ONLUS

**Il balbuziente ha caratteristiche psicologiche proprie?**

In che cosa le persone che balbettano differiscono a livello psicologico dai coetanei normofluenti?

* Intelligenza: è stato ampiamente dimostrato che in media il livello intellettivo dei balbuzienti non differisce da quello dei normofluenti (Bloodstein 1995).
* Emotività: i dati forniti delle ricerche condotte in ambito clinico da differenti orientamenti psicoterapici non forniscono nessuna prova valida che permetta di considerare la balbuzie come sintomo di una patologia nevrotica o un disordine emozionale (Andrews et altri, 1983, Sermans e Cox, 1982).
* Tratti di personalità: non sembra esserci nessun tratto di personalità comune a tutti i balbuzienti; alcuni tratti magari sono più frequenti nelle persone che balbettano rispetto ai normofluenti (Bloodstein 1987).
* Introversione: nelle situazioni comunicative (Turnbaugh, Guitar, & Hoffmann, 1981).
* Ansia: dovuta all’anticipazione cognitiva del momento disfluente e al desiderio di evitarlo (Craig 1990).
* Depressione: difficoltà nella gestione della balbuzie (Tunner 1980).
* Sentimenti di colpa e vergogna: quelli provati per l’incapacità nel gestire la balbuzie in maniera efficace (Van Riper 1982).
* Sono state riscontrate differenze nelle funzioni fisiologiche soltanto durante la balbuzie che in effetti compromette la respirazione, la fonazione e l’articolazione. (Bloodstein 1987).

E allora in che cosa le persone che balbettano differiscono a livello psicologico dai coetanei normofluenti?

**IN NIENTE!!!**

**La balbuzie - Che cosa è**

****

Citiamo due pareri autorevoli.

«La balbuzie è un disordine nel ritmo della parola per cui il paziente sa cosa vorrebbe dire, ma nello stesso tempo non è in grado di dirlo a causa di arresti, ripetizioni e/o prolungamenti di un suono che hanno carattere di involontarietà» (*Organizzazione Mondiale della Sanità, 1977*).

«La balbuzie [...] ha natura intermittente e multidimensionale, poiché appare condizionata da variabili di natura socioculturale, psicologica, fisiologica e genetica, e come tale può essere descritta a molteplici livelli [...]. La definizione e la diagnosi tradizionali di balbuzie si basano sulla rilevazione uditiva e valutazione qualitativa delle disfluenze, che per numero, tipo, durata e posizione sono giudicate anomale e qualificano chi le produce come balbuziente.

Molti studi che seguono questa impostazione si sforzano di individuare i loci dell’enunciato balbettato associati con l’occorrenza delle disfluenze e di spiegare questi pattern distribuzionali invocando le stesse malfunzioni dei processi mentali che nei parlanti normali generano lapsus e disfluenze [...]. Il loro difetto principale è l’esclusiva attenzione alle disfluenze, che qualificano il parlato come “discontinuo”.

Ma la fluenza è multidimensionale e un parlato fluente oltre ad essere privo di discontinuità sarà anche prodotto con una scansione ritmica regolare, in modo rapido e senza eccessivo sforzo sia fisico che mentale [...]. Infatti è ben conosciuto in letteratura il caso di balbuzienti che non presentano disfluenze [...]. Questi soggetti sono affetti da “cover/subperceptual stuttering” e avvertono spesso nel parlare livelli eccessivi di sforzo muscolare e “tensione” cognitiva che possono sfuggire all’occhio e all’orecchio del clinico» (*C. Zmarich 1999 – v. pag. 223 del libro “La balbuzie” di F. P. Murray, RED Edizioni, Milano 2003*).

**La balbuzie - Il nostro punto di vista**

****

**Cos’è**

«La balbuzie è un disordine nel ritmo della parola per cui il paziente sa cosa vorrebbe dire, ma nello stesso tempo non è in grado di dirlo a causa di arresti, ripetizioni e/o prolungamenti di un suono che hanno carattere di involontarietà» (Organizzazione Mondiale della Sanità, 1977).

«La balbuzie [...] ha natura intermittente e multidimensionale, poiché appare condizionata da variabili di natura socioculturale, psicologica, fisiologica e genetica, e come tale può essere descritta a molteplici livelli [...]. La definizione e la diagnosi tradizionali di balbuzie si basano sulla rilevazione uditiva e valutazione qualitativa delle disfluenze, che per numero, tipo, durata e posizione sono giudicate anomale e qualificano chi le produce come balbuziente.

Molti studi che seguono questa impostazione si sforzano di individuare i loci dell’enunciato balbettato associati con l’occorrenza delle disfluenze e di spiegare questi pattern distribuzionali invocando le stesse malfunzioni dei processi mentali che nei parlanti normali generano lapsus e disfluenze [...]. Il loro difetto principale è l’esclusiva attenzione alle disfluenze, che qualificano il parlato come “discontinuo”.

Ma la fluenza è multidimensionale e un parlato fluente oltre ad essere privo di discontinuità sarà anche prodotto con una scansione ritmica regolare, in modo rapido e senza eccessivo sforzo sia fisico che mentale [...]. Infatti è ben conosciuto in letteratura il caso di balbuzienti che non presentano disfluenze [...]. Questi soggetti sono affetti da “cover/subperceptual stuttering” e avvertono spesso nel parlare livelli eccessivi di sforzo muscolare e “tensione” cognitiva che possono sfuggire all’occhio e all’orecchio del clinico» (C. Zmarich 1999 – v. pag. 223 del libro “La balbuzie” di F. P. Murray, RED Edizioni, Milano 2003).

Oltre alla visione sopra enunciata, che è quella maggioritaria tra gli studiosi e i clinici, vi sono altri modi di vedere e di conseguenza di operare riconosciuti dal mondo scientifico grazie anche alle pubblicazioni (sempre di alto livello) oltre che naturalmente ai risultati pratici sui pazienti.

Ci piace segnalare qui un nome: la studiosa brasiliana Isis Meira dell’Università Cattolica di S. Paulo. Secondo lei c’è una balbuzie originaria che è appunto su base genetica e che la ricerca scientifica rileva nel 99% dei casi. E c’è una balbuzie costruita nel tempo dall’azione atipica di determinati gruppi muscolari e che va valutata dallo specialista con assoluto rigore metodologico: valutazione qualitativa delle tensioni atipiche specie nelle zone orale, cervicale e diaframmatica. La balbuzie costruita può essere ‘decostruita’ fino a far conseguire al soggetto quelle che la studiosa brasiliana chiama ‘buone abitudini di fluenza’ (Isis Meira 1983, 2002, 2004). Come? Attraverso un’azione mirata di riequilibrio del tono dei distretti muscolari interessati. Detto così sembra facile, ma il percorso, come noi stessi abbiamo avuto modo di verificare, è lungo e complesso.

Naturalmente Isis Meira non trascura nel suo lavoro col balbuziente le problematiche relative alla sfera cognitiva e a quella emotiva.

**Quando insorge**

«Ricerche epidemiologiche recenti hanno stabilito che per il 75% dei soggetti colpiti da balbuzie, l’insorgenza si situa dai 18 ai 41 mesi (età media 32 mesi), quando le abilità linguistiche, cognitive e motorie del bambino sono interessate da un rapido processo di maturazione e sviluppo. Il 90% dei bambini che balbetta inizia entro i 4 anni. Per il 10% dei casi la balbuzie insorge tra i 4 e i 6 anni.[...] Le ricerche di tipo genetico basate sugli antecedenti familiari e sulle gemellarità monozigote fanno ritenere che la balbuzie venga trasmessa per via genetica, e, anche se il meccanismo di trasmissione resta sconosciuto, il tipo di legame parentale e il sesso contribuiscono a determinare le probabilità che un bambino cominci a balbettare» (C. Zmarich 2003).

Due parole sull’incidenza: il 5% della popolazione ha balbettato in qualche periodo della sua vita; l’1% delle persone continua tuttora a balbettare; ci sono più balbuzienti di sesso maschile che di sesso femminile in una proporzione di 4 a 1.

Alla luce di questi dati scientifici, si può comprendere l’importanza di una diagnosi, la più precoce possibile, che stabilisca se la balbuzie osservata in età prescolare è tipica, sospetta o atipica. Per una “lettura” critica del fenomeno i genitori e lo stesso medico di famiglia o il pediatra non esitino a chiedere aiuto ad uno specialista per accertare con maggiore sicurezza:

* se, considerati certi parametri (per esempio fonatorio ed emozionale), si riscontrano chiari indicatori di transitorietà quali assenza di tensione e di sforzo;
* se c’è qualche caratteristica, nel comportamento verbale e non, che suscita dubbi o perplessità;
* se ci sono a livello verbale, comportamentale, emozionale, caratteristiche tali da richiedere l’aiuto formale di uno specialista (tensioni visibili e udibili).

**Come si manifesta**

La balbuzie è un disturbo del parlare che si manifesta in modi diversi:

* con ripetizioni: di parti di parole, di intere parole, più frequentemente monosillabiche ma non solo;
* con prolungamenti: spesso all’inizio della frase ma talvolta anche qua e là nel prosieguo del discorso;
* con blocchi, che possiamo suddividere in udibili e non udibili (o silenti).

Ma la balbuzie è anche un disturbo del “non parlare” e allora si avranno:

* sostituzione di parole (molto bravo, chi balbetta, nell’uso di sinonimi);
* evitamento di situazioni in cui si dovrà parlare;
* evitamento di eventi sociali;
* utilizzo di suoni di avvio (“dunque”, “allora”, “ehm”...);
* abuso di intercalari (“cioè”, “diciamo”, “come posso dire”...);
* uso di parolette “parassite”, completamente fuori dal contesto (“ma”, “che”) o addirittura senza significato (ci è capitato di sentire persino “ailì” e “ailà” alternati);
* lunghi e inutili giri di parole per arrivare a pronunciare di slancio “quella” parola.

Inoltre si possono registrare a volte comportamenti secondari:

* chiusura di uno o tutti e due gli occhi;
* battito di ciglia;
* dondolamento della testa, avanti e indietro oppure lateralmente;
* irrigidimento dei pugni;
* eccessivo gesticolare;
* schiarirsi frequentemente la gola;
* alzare e tratti il tono della voce;
* alzare o abbassare il volume della voce;
* dondolarsi sui piedi;
* darsi o dare colpi con una mano (sulla gamba, sul tavolo, sul banco di scuola...).

**Il rapporto con gli altri**

Balbettare provoca in chi balbetta – grandi e piccoli – emozioni e reazioni “forti”. Abbiamo invitato molti balbuzienti di tutte le età, nel corso degli anni, a compilare questionari appositamente predisposti e le risposte non differivano molto tra i bambini e gli adulti: isolamento, esclusione, diversità, impotenza, imbarazzo, vergogna, rabbia, fallimento, inadeguatezza, senso di colpa (il timore di aver deluso, per esempio, le aspettative dei genitori). E poi le domande, richiamate anche nel sottotitolo del presente manuale: perché proprio a me? potrò mai parlar bene? che cosa potrei fare se non balbettassi?

Ma purtroppo sono spesso forti anche le reazioni degli “altri”, soprattutto nel periodo della scuola. Da ricerche effettuate risulta che l’81% dei bambini che balbetta viene deriso a scuola, prima o poi.

Solitamente gli scherni più frequenti sono lo scimmiottamento (fare il verso al modo di parlare) o i soprannomi offensivi che richiamano la balbuzie. Preoccupa molto il dato che ci informa che circa il 50% dei ragazzi subisce atti di bullismo.

Alcuni dati accertati:

* è molto più probabile che i bambini che balbettano siano rifiutati dai coetanei e visti come figure di secondo piano (Davis, Howell & Cooke, 2002);
* circa il 50% dei genitori e degli insegnanti dichiarano di non essere al corrente del bullismo e delle derisioni (Hugh-Jones & Smith, 1999);
* derisione e bullismo possono accentuare la balbuzie (Murphy & Quesal, 2002).

Ovviamente questi dati, essendo un po’ datati, sono oggi in costante aumento.

**La balbuzie - Un altro punto di vista**

La complessità del **fenomeno balbuzie** sconsiglia ogni sua definizione che sarebbe comunque riduttiva. Si può dire tuttavia che due sono le caratteristiche fondamentali del disturbo: esso è **relazionale** in quanto si manifesta in presenza di un interlocutore e **variabile** perché si balbetta più o meno a seconda degli stati d’animo legati a situazioni e persone. Le difficoltà si manifestano quasi sempre con esitazioni, ripetizioni e blocchi della parola.

Tutti gli studiosi sottolineano, al di là delle teorie di riferimento – organicistiche, foniatriche, psicodinamiche – lo **scompenso emotivo** da **ansia sociale** quale elemento scatenante il balbettamento nelle sue diverse forme: tonica, clonica, mista, labiocoreica, gutturotetanica.

La balbuzie come problema di comunicazione coinvolge questi tre soggetti della relazione: **la persona che balbetta**, la sua **famiglia**, gli “**altri**”. Una vera e propria “**triade**” inceppata.

Chi balbetta è bloccato della paura del giudizio dell’altro per il timore di mostrarsi inferiore o comunque inadeguato. Questo spiega la sua tipica condotta di evitamento, di fuga, di delega, pur conoscendo egli le proprie capacità che a volte riesce ad esprimere tuttavia in modo efficace.

La famiglia poi vive spesso come una “*sventura*” la balbuzie che ha colpito uno dei suoi membri. Sperimenta, insieme all’angoscia, un senso di impotenza e disorientamento. Quando la balbuzie insorge, generalmente tra i 2 e i 6 anni, il medico di famiglia giustamente tranquillizza e rassicura potendo trattarsi di un fenomeno transitorio, ma non sempre ci riesce, specie quando in famiglia è presente qualche altro caso di balbuzie. Comuni sono nella famiglia gli inviti alla calma, a controllarsi, a respirare prima di parlare, a ripetere le frasi. Tutte sollecitazioni che ottengono invece l’effetto di sottolineare anche agli occhi del bambino una situazione che da **evolutiva** può trasformarsi in **cronica**.

Il terzo soggetto della triade – gli “**altri**” – si riferisce alla scuola, agli amici, ai colleghi, alle persone dell’altro sesso: tutti, ognuno a suo modo, tendono a porsi nei confronti di chi balbetta secondo modelli culturali discriminanti. L’atteggiamento di “*benevola comprensione*” da una parte, e quello della “*presa in giro”* o della risatina dall’altra, costituiscono le due manifestazioni estreme **di una cultura e di una mentalità che non riesce a fare i conti con i tanti modi di essere della persona umana**.

A questo punto – più che tentare di definire la balbuzie in modo scientifico (ci hanno già provato molti studiosi, ognuno a modo suo) – noi intendiamo farlo attraverso una denuncia che faccia riflettere chi ha orecchie per intendere e buon senso per capire: “Il nostro è un disturbo che ci ha spesso umiliato profondamente, ci ha relegato in un ruolo patetico o grottesco, ci ha inibito nei rapporti sociali condizionando non di rado ogni relazione con il mondo esterno, ci ha costretto a volte all’autoemarginazione. Purtroppo la balbuzie è uno di quei *mali* che feriscono sottilmente ma in modo penetrante, anche perché la scienza ufficiale non ne conosce la genesi (in altre parole non ne sa niente); sui volti della gente poi c’è sempre un misto di pietà, di imbarazzo o di divertita ironia nell’ascoltare il balbuziente, il quale non ha così cittadinanza tra i *normali* e neppure la dignità dei disabili: *figli di un dio minore*, per di più senza riconoscimenti o benefici di legge. Il servizio sanitario nazionale non prevede infatti alcun tipo di rimborso per corsi di rieducazione presso centri privati. Inoltre chi balbettava era idoneo per il servizio di leva ma rifiutato per la carriera militare; ancora oggi viene escluso in partenza in concorsi pubblici nel cui bando si cita esplicitamente la balbuzie come motivo di esclusione...”.

Vanno dunque individuate a tutti i livelli le *barriere culturali*, *sociali* e *psicologiche* per poter attivare programmi e strategie adeguate.

Ci aspettiamo l’aiuto di chi è nelle condizioni di potercelo dare, se non altro per poter fare informazione e sensibilizzazione in modo corretto.

**La parola all’esperto - Almanacco del CNR**

*Articolo redatto dal****Dott. Claudio Zmarich****– Primo Ricercatore all’ISTC-CNR, fonetista esperto di balbuzie e sviluppo fonetico e fonologico, nostro socio – pubblicato sull’Almanacco del CNR.*

**Considerazioni sulla balbuzie**

Secondo l’organizzazione mondiale della sanità, “*la balbuzie è un disordine nel ritmo della parola, nel quale il paziente sa con precisione ciò che vorrebbe dire, ma nello stesso tempo non è in grado di dirlo a causa di arresti, ripetizioni e/o prolungamenti di un suono che hanno carattere di involontarietà*” (O.M.S., 1977: trad. a c. dello scrivente). Già a partire da questa definizione si possono incominciare a sfatare i molti luoghi comuni che esistono sulla balbuzie, non solo nell’uomo di strada ma anche in molti degli operatori che entrano in contatto con il balbuziente. Di solito si è portati a credere che la balbuzie sia causata da un disagio psicologico, causato da eventi traumatici e/o da ambienti educativi inadeguati che hanno segnato indelebilmente la personalità del soggetto, e che lo renderebbero timido, poco pratico, incline a demoralizzarsi, e forse anche meno dotato dal punto di vista intellettivo. Siamo inclini a queste credenze perché la nostra esperienza di parlanti ci porta a considerare il linguaggio in modo acritico come l’esecutore fedele e automatico dei nostri pensieri (cfr. il detto comune “se si hanno idee, le parole seguono…”), e l’esperienza personale ci porta a credere che i momenti in cui parliamo peggio, cioè in modo esitante o confuso, siano dovuti a momentanee carenze della nostra salute, fisica o mentale. Interpretando così la balbuzie alla luce della nostra esperienza ci sfugge però quel carattere d’**involontarietà** che differenzia radicalmente i nostri errori linguistici dalle ripetizioni e i prolungamenti (cioè le cosiddette **disfluenze**) che caratterizzano il parlato del balbuziente: infatti, anche quando egli sa esattamente cosa vuole dire semplicemente non è in grado di dirlo, perchè ha perso il controllo dei suoi articolatori: pensiamo al caso di un balbuziente che non riesce a dire il suo nome. I suoi problemi sono insomma eminentemente di ordine motorio, e i problemi psicologici, quando presenti, si instaurano di conseguenza come reazione e/o adattamento a una lunga serie di fallimenti comunicativi.

La situazione odierna della ricerca internazionale, e cioè soprattutto statunitense, sulla balbuzie, annovera una massa enorme e continuamente crescente di risultati sperimentali (l’ultima edizione del fondamentale manuale di O. Bloodstein, *A handbook on Stuttering*, National Easter Seal Society, Chicago, 1995, annovera oltre 100 pagine di bibliografia) che aiutano a descrivere meglio il disordine ma che ancora non lo spiegano, né tantomeno aiutano a predirlo e controllarlo. L’ignoranza teorica sulle cause che generano e mantengono la balbuzie si riflette sul trattamento terapeutico: le molte terapie che vengono somministrate ai balbuzienti, non potendo intervenire sulle cause, quasi sempre si limitano ad intervenire sui sintomi, e vengono perpetuate in base alla considerazione pratica che in qualche modo “funzionano”.

Fatte queste premesse, esponiamo alcuni dati sperimentali ben conosciuti e universalmente accettati. Se le cause ultime restano ancora sconosciute, le conseguenze della balbuzie possono compromettere la comunicazione linguistica a tre livelli (applichiamo l’*International Classification of Imparments, Disabilities and Handicaps*, WHO, 1993):

* **Menomazione**, da identificare nella disfluenza, causata da deficits o disfunzioni (ancora sconosciuti) dei sistemi motorio e sensorio alla base della produzione verbale.
* **Disabilità**, da attribuire a eventi percettivi e fisici associati alla disfluenza, che coinvolgono anche sistemi somatici non direttamente partecipanti alla produzione verbale.
* **Handicap**, risultante dagli effetti negativi prodotti dalla disabilità sulla capacità individuale di comunicare verbalmente in modo normale e che condizionano lo sviluppo personale, l’esperienza educativa, la scelta professionale e la funzione sociale.

La balbuzie, in un un qualsiasi preciso istante temporale, interessa circa l’1% della popolazione mondiale (tasso di prevalenza), ma circa il 5% può dire di averne sofferto in qualche misura nel corso della sua vita (tasso d’incidenza). La differenza tra i due tassi è spiegabile con l’alta percentuale di remissione, circa il 75-80%, che avviene per lo più spontaneamente dai 12 ai 18 mesi di distanza dal momento dell’insorgenza, e che è da collocare tipicamente nella prima infanzia. Per il 75 % dei soggetti colpiti da balbuzie l’insorgenza si situa dai 18 ai 41 mesi, quando le abilità linguistiche, cognitive e motorie del bambino sono interessate da un rapido processo di maturazione e sviluppo, l’età media d’insorgenza è di 32 mesi e vi è una scomparsa virtuale di nuovi casi dopo i 12 anni. Le ricerche di tipo genetico basate sugli antecedenti famigliari e sulla gemellarità monozigote fanno ritenere che la balbuzie venga trasmessa per via genetica, e anche se il meccanismo di trasmissione resta sconosciuto, il tipo di legame parentale e il sesso contribuiscono a determinare le probabilità che un bambino cominci a balbettare e forse anche quelle del suo recupero.

Il bambino balbuziente *borderline* si distingue dal suo coetaneo non balbuziente per le seguenti caratteristiche: commette più di 10 disfluenze ogni 100 parole, queste disfluenze sono in maggior parte ripetizioni e/o prolungamenti di foni, nelle ripetizioni spesso ripete più di due 2 volte la stessa unità. Quando queste disfluenze sono prodotte con durate irregolari, con segni di tensione muscolare, e sono accompagnate da comportamenti di evitamento o fuga e dalla consapevolezza di difficoltà e sentimenti di frustrazione, allora il bambino si avvia a diventare balbuziente conclamato.

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 la balbuzie si consolidi a tal punto da diventare refrattaria a qualsiasi intervento terapeutico.

Ogni tanto appaiono con clamore sulla stampa non specializzata notizie di ricercatori che per la prima volta avrebbero scoperto la sede cerebrale della balbuzie. Bisogna precisare che a tutto il 2001 sono stati pubblicati almeno 15 studi di *brain imaging* condotti da 7 equipe diverse che hanno applicato le tecnologie SPECT e PET a oltre 65 soggetti balbuzienti e oltre 121 nonbalbuzienti, quando i soggetti balbettavano, parlavano senza balbettare, erano in condizioni di riposo, oppure prima e dopo l’intervento terapeutico. I risultati di questi studi evidenziano che i processi cerebrali relativi alla produzione del parlato (di tipo semantico, sintattico, fonologico e articolatorio) sono fortemente compromessi nel parlato disfluente e fluente del balbuziente, mentre è ancora controverso se i balbuzienti siano diversi dai normoparlanti anche in condizioni di riposo. Quasi tutti gli studi mostrano anomalie nell’attivazione di alcune regioni cerebrali (per es. la corteccia prefrontale e frontale) e del cervelletto, e tutti hanno riportato differenze tra i balbuzienti e i controlli per la lateralizzazione cerebrale (nei balbuzienti l’emisfero destro è più attivo rispetto ai non balbuzienti). Purtroppo queste ed altre tecnologie diagnostiche per immagini, quali i potenziali evocati, l’ettroencefalografia quantitativa, la risonanza magnetica nucleare di tipo funzionale, possono evidenziare le aree coinvolte nella produzione del parlato, ma non ci informano sul tipo di processo che avviene, e sono molto limitate dal fatto che non possono essere applicate ai bambini piccoli. Per questo motivo bisogna rifarsi a un modello dettagliato della produzione del parlato come uno di quelli elaborati nelle ricerche di neuropsicologi, psicolinguisti e studiosi di fonetica. Tali modelli si prefiggono di individuare le unità di elaborazione, di esplicitare la rappresentazione mentale dell’informazione linguistica e mettere in rilievo i processi di elaborazione di tali informazioni (selezione, richiamo, controllo e correzione ecc.).

Come dimostrano i casi di insorgenza di balbuzie nei bambini in terapia per un ritardo di linguaggio, ed il fatto parallelo di insorgenza di balbuzie in bambini troppo stimolati dal punto di vista linguistico dai loro genitori, ci sono situazioni educative dove alti livelli di stimolazione indiretta (per es., genitori che parlano in modo molto elaborato e/o a grande velocità) o diretta, (per es. richieste esplicite) verso un livello di eccellenza linguistica possono portare un bambino alla balbuzie. Ad es. il bambino tenderà a ricorrere ad enunciati sempre più lunghi e complessi, che richiedono non solo una maggior capacità di pianificazione sintattica e semantica, ma anche una programmazione motoria più gravosa, ed un’esecuzione articolatoria più complessa. Questa concomitanza di sollecitazioni di tipo linguistico e motorio può portare ad interferenze reciproche. Ma i dominii linguistici e motorii possono interferire l’un l’altro anche quando, nel corso dello sviluppo, si crea uno sbilanciamento qualitativo tra competenza linguistica, abilità psicolinguistiche ed esecuzione motoria. Così, se un bambino non balbuziente con vasto vocabolario e buona conoscenza delle forme sintattiche probabilmente sviluppa una corrispondente abilità nell’accedere al lessico, può darsi che un bambino balbuziente ugualmente dotato dal punto di vista delle conoscenze lessicali e sintattiche legittimi nei suoi genitori delle aspettative che non possono essere soddisfatte, perché lo stesso bambino può non essere altrettanto abile nella selezione e/o nell’assemblaggio delle forme lessicali. D’altra parte potrebbe anche darsi il caso di un bambino balbuziente che possieda, rispetto ai coetanei, una grande competenza lessicale e sintattica e un’efficiente abilità psicolinguistica, ma trovi particolarmente difficile realizzare dal punto di vista motorio enunciati complessi composti dalle parole lunghe e complicate che conosce e vorrebbe usare.

Per quanto riguarda l’intervento terapeutico, esso contempla almeno quattro fasi.

**Si comincia** con la valutazione, finalizzata alla diagnosi e alla classificazione di gravità, all’identificazione delle condizioni che mantengono o esacerbano il disordine, e alla definizione della misura in cui il balbuziente ricorre a condotte di evitamento o fuga dalle situazioni temute, e della presenza di prerequisiti al trattamento quali la maturità e sensibilità del soggetto, la risposta che dà alle diverse tecniche d’instaurazione della fluenza, la sua reale motivazione e disponibilità al cambiamento e l’eventuale appoggio della famiglia.

**La seconda fase** concerne l’instaurazione dell’effetto terapeutico, e il terapista deve essere in grado di padroneggiare un buon numero di tecniche, al fine di poter scegliere quella più adatta al disordine del paziente e alla sua personalità. Tradizionalmente si contrappongono almeno due scuole di pensiero, quella basata sul “modellamento della fluenza”, e quella basata sul “balbettare più fluentemente”. Con la prima, preferita da logopedisti e psicologi d’impostazione comportamentista, il comportamento disfluente viene modificato manipolando le sue conseguenze, utilizzando tecniche esplicite e misurabili inserite in programmi di complessità crescente, allo scopo di pervenire ad un parlato libero da disfluenze. La seconda, più seguita dagli psicoterapeuti, ha come obiettivo di portare il balbuziente a conoscere meglio il suo disturbo riducendo le condotte di fuga e i sentimenti negativi ad esso associati. La fluenza “a tutti i costi” non rappresenta l’obiettivo principale e si tollera un livello minimo di balbuzie, se il balbuziente ci convive bene. È possibile comunque individuare alcuni obiettivi terapeutici minimi che riscuotono il consenso dei terapeuti di diverse scuole. Tra i primi obiettivi vi è la riduzione della frequenza degli episodi di balbuzie, e la riduzione della loro gravità e anormalità, senza però incrementare la frequenza di comportamenti che non fanno parte della normale attività verbale. Poi bisogna ridurre le cosiddette condotte di fuga e rimuovere, o ridurre, quei processi di apprendimento individuale che, nell’interazione comunicativa, possono generare, mantenere o esacerbare gli episodi di balbuzie. A questo riguardo, la terapia dovrebbe comprendere anche il *counseling* verso le persone che vivono con il balbuziente o che sono per lui significative. Il paziente poi deve essere aiutato a contrastare la sua naturale reticenza e ad aumentare la frequenza delle attività sociali.

**La terza fase** è quella definita di trasferimento: al paziente viene chiesto di “trasportare” gradualmente il suo nuovo comportamento verbale, appena appreso all’interno di un sistema protetto come quello clinico, nel “mondo reale” esterno della clinica.

Il mantenimento è **la quarta e ultima fase**, prevista al termine della terapia, per mettere in grado il paziente di contrastare con i propri mezzi la tendenza alla ricaduta. Solo quando il paziente riesce a conservare nel tempo i benefici del trattamento terapeutico si può affermare che lo stesso ha avuto successo.

**Le cause d’insorgenza della balbuzie**

****

I sintomi evidenti della balbuzie a volte fanno giungere a delle conclusioni sbagliate. Per esempio, il nervosismo e il ritmo rapido dell’eloquio spesso riscontrabili nei bambini che balbettano non sono la causa della loro balbuzie. Sono piuttosto un sintomo del tentativo di affrontarla. Di conseguenza, i consigli “stai tranquillo” o “rallenta” possono talvolta rispondere ai sintomi funzionali del parlare, ma non colpiscono la balbuzie in sé. In altre parole, il nervosismo e il ritmo rapido dell’eloquio sono il risultato della paura di balbettare e della vergogna.

Le teorie attuali parlano di una complicata interazione tra lo sviluppo del linguaggio dei bambini e le loro capacità motorie di produzione del linguaggio, combinati con le molteplici influenze della personalità e dell’ambiente comunicativo e sociale del bambino. In altre parole, la balbuzie non ha una singola causa, quindi spiegazioni semplici come “sta parlando troppo veloce” o “è nervoso” non spiegano adeguatamente questo complicato disturbo. Ricerche recenti su vari fronti sostengono l´idea della balbuzie come un disturbo multifattoriale.

Per esempio:

* Studi sulle neuroimmagini, risultato dell’esame PET (tomografia ad emissione di positroni) o RMN funzionale (risonanza magnetica nucleare) per esaminare balbuzienti adulti, hanno mostrato diversi modelli di attivazione cerebrale quando balbettano, con una maggiore attivazione delle aree dell’emisfero destro e diversi modelli di uso dell’emisfero sinistro, nonché delle strutture subcorticali e cerebrali.
* Molte persone che balbettano dimostrano difficoltà in vari parametri di decodificazione uditiva, coordinazione motoria, e in alcuni parametri di controllo neuropsicologico degli emisferi.
* La balbuzie tende ad avere un certo grado di familiarità, e ricerche recenti sembrano indicare origini genetiche in almeno qualche individuo. La maggior parte degli studiosi pensano che una predisposizione alla balbuzie possa essere ereditaria, ma la sua espressione può essere ampiamente determinata dall’ambiente.
* Molti bambini hanno problemi concomitanti accanto alla balbuzie, come altri problemi della parola o di sviluppo del linguaggio, disturbi dell’apprendimento, ADHD (sindrome da deficit di attenzione e iperattività), ecc., che possono contribuire al disturbo o indicare un più pervasivo fattore eziologico sottostante. Quanto si può dire con almeno un grado minimo di basi empiriche è che NESSUN singolo fattore ha mostrato di essere LA causa della balbuzie.
* La balbuzie non è causata dai genitori dei bambini.
* La balbuzie non è causata dall’attenzione che attirano le normali disfluenze del bambino.
* La balbuzie non è un problema psicologico (anche se può avere conseguenze psicologiche).
* La balbuzie non è segno di minore intelligenza, deficienza motoria, o traumi neurologici.
* La balbuzie non è semplicemente una cattiva abitudine.

**La balbuzie - Definizioni dai siti esteri**

****

*Questo articolo è stato tradotto e adattato alla situazione italiana dai siti esteri che sono elencati nella*[***relativa Sezione***](https://www.balbuzie.it/associazione/link-utili)*.*

Secondo il DSM-IV («Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali», noto anche con l'acronimo DSM, uno degli strumenti diagnostici per disturbi mentali più utilizzati da medici e psichiatri di tutto il mondo) i criteri diagnostici per la balbuzie sono i seguenti:

1. Un’anomalia del normale fluire e della cadenza dell’eloquio (inadeguati per l'età del soggetto) caratterizzata dal frequente manifestarsi di uno o più dei seguenti elementi:
	* ripetizione di suoni e sillabe;
	* prolungamento di suoni;
	* interiezioni;
	* interruzione di parole (cioè pause all’interno di una parola);
	* blocchi udibili o silenti (cioè, pause del discorso colmate o non colmate);
	* circonlocuzioni (sostituzione di parole per evitare parole problematiche);
	* parole emesse con eccessiva tensione fisica;
	* ripetizione di intere parole monosillabiche.
2. L’anomalia di scorrevolezza interferisce con i risultati scolastici o lavorativi, oppure con la comunicazione sociale.
3. Se è presente un deficit motorio della parola o un deficit sensoriale, le difficoltà nell’eloquio vanno al di là di quelle di solito associate con questi problemi.

Secondo l’Organizzazione Mondiale della Sanità, “la balbuzie è un disordine nel ritmo della parola, nel quale il paziente sa con precisione ciò che vorrebbe dire, ma nello stesso tempo non è in grado di dirlo a causa di arresti, ripetizioni e/o prolungamenti di un suono che hanno carattere di involontarietà”.

Di solito si è portati a credere che la balbuzie sia causata da un disagio psicologico, causato da eventi traumatici e/o da ambienti educativi inadeguati che hanno segnato indelebilmente la personalità del soggetto, e che lo renderebbero timido, poco pratico, incline a demoralizzarsi, e forse anche meno dotato dal punto di vista intellettivo.

Interpretando così la balbuzie ci sfugge però quel carattere d’involontarietà che differenzia radicalmente gli errori linguistici dalle ripetizioni e i prolungamenti (cioè le cosiddette disfluenze) che caratterizzano il parlato del balbuziente: infatti, anche quando egli sa esattamente cosa vuole dire semplicemente non è in grado di dirlo, perché ha perso il controllo dei suoi articolatori (pensiamo al caso di un balbuziente che non riesce a dire il suo nome).

I suoi problemi sono insomma eminentemente di ordine motorio, e i problemi psicologici, quando presenti, si instaurano di conseguenza come reazione e/o adattamento a una lunga serie di fallimenti comunicativi.

La balbuzie, in un qualsiasi preciso istante temporale, interessa circa l’1% della popolazione mondiale (tasso di prevalenza), ma circa il 5% può dire di averne sofferto in qualche misura nel corso della sua vita (tasso d’incidenza). La differenza tra i due tassi è spiegabile con l’alta percentuale di remissione, circa il 75-80%, che avviene per lo più spontaneamente dai 12 ai 18 mesi di distanza dal momento dell’insorgenza, e che è da collocare tipicamente nella prima infanzia. Per il 75 % dei soggetti colpiti da balbuzie l’insorgenza si situa dai 18 ai 41 mesi, quando le abilità linguistiche, cognitive e motorie del bambino sono interessate da un rapido processo di maturazione e sviluppo, l’età media d’insorgenza è di 32 mesi e vi è una scomparsa virtuale di nuovi casi dopo i 12 anni. Le ricerche di tipo genetico basate sugli antecedenti famigliari e sulla gemellarità monozigote fanno ritenere che la balbuzie venga trasmessa per via genetica, e anche se il meccanismo di trasmissione resta sconosciuto, il tipo di legame parentale e il sesso contribuiscono a determinare le probabilità che un bambino cominci a balbettare e forse anche quelle del suo recupero.

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 la balbuzie si consolidi a tal punto da diventare refrattaria a qualsiasi intervento terapeutico.

Da quanto sopra esposto, è facilmente desumibile l’importanza di una corretta informazione verso le famiglie dei bambini che presentano disturbi precoci del linguaggio, al fine di prevenire la cronicizzazione del problema.
Inoltre è fondamentale dare un corretto supporto ai genitori di bambini balbuzienti conclamati o ai balbuzienti stessi (adolescenti o adulti) nella gestione del proprio disordine verbale.

**La balbuzie è variabile**

La gravità della balbuzie varia tantissimo tra un individuo e l´altro. Può anche variare da un giorno all´altro nello stesso individuo a seconda della situazione in cui si trova a parlare. Dire il proprio nome e parlare di fronte a delle autorità può essere assai difficile. Per alcuni individui, la stanchezza, lo stress, e la fretta possono aumentare la loro tendenza a balbettare. Sentendosi costretti a nascondere la loro balbuzie, solitamente la si peggiora.

Anche i modelli di balbuzie variano. Alcuni individui tentano di evitare la balbuzie facendo delle pause prima delle parole, sostituendole, e intercalando con espressioni come "cioè", "vedi", "ehm", ecc., ogni qualvolta prevedano un blocco. Come risultato, la persona può dare l´impressione non vera di essere titubante, incerto, o confuso.

**Tipi di balbuzie**

Parliamo di balbuzie primaria, o pseudo-balbuzie o disfluenza transitoria, quando la stessa si manifesta in maniera apparente e transitoria: è tipica dell’età prescolare fra i 3 e 6 anni ed è quasi sempre episodica. È costituita da fisiologiche disfluenze, ripetizioni sillabiche iniziali, intermittenti esitazioni causate da immaturità organico-sintattica e semantica. Non si accompagna a fenomeni emotivi e generalmente scompare spontaneamente: la risoluzione è spontanea nel 65% dei casi.

La balbuzie secondaria, o vera balbuzie, si instaura in età scolare, a volte è una complicanza della balbuzie primaria e va incontro a cronicizzazione. È caratterizzata da manifestazioni sintomatologiche quali blocchi, ripetizioni, esitazioni e prolungamenti dovuti a spasmi tonici o tonico-clonici dei gruppi muscolari deputati alla respirazione ed alla fonazione. Talvolta sono presenti sincinesie [attività motoria automatica di un arto o di una parte di esso, conseguente ad un movimento volontario (Dizionario Italiano Hoepli)], tic e movimenti muscolari involontari del viso e del collo. La consapevolezza della balbuzie coinvolge la sfera emotiva del soggetto complicando le manifestazioni: ansia, frustrazione, stress, fobie, senso di inferiorità e reazioni vasomotorie quali tachicardia, dispnea e sudorazione.

**Classificazione**

**In relazione al blocco**:

* Balbuzie Tonica nella quale si ha un arresto all’inizio della parola (fonema o sillaba iniziale) con prolungamenti del suono;
* Balbuzie Clonica caratterizzata da ripetizioni del fonema iniziale oppure dell’intera parola;
* Balbuzie Mista nella quale sono presenti sia la forma tonica sia quella clonica con prolungamenti e ripetizioni;
* Balbuzie Palilalica nella quale il soggetto ripete spasmodicamente una sillaba non attinente alla frase che si vuole pronunciare.

**In relazione alla localizzazione anatomica del blocco**:

* 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/.

**La balbuzie nei bambini in età prescolare**

* La balbuzie, nell’età adulta, colpisce circa l’1% della popolazione. In Italia balbettano quindi circa 600.000 persone adulte.
* Possono esservi lievi oscillazioni da regione a regione. Dai dati che abbiamo in Associazione (un campione importante, oltre 7.000 nominativi) deduciamo che vi sia una percentuale leggermente più alta in Veneto e in Sicilia rispetto per esempio all’Emilia e all’Umbria.
* È d’altra parte la stessa percentuale – l’1% – che, poco più o poco meno, si registra in ogni parte del mondo.
* Il numero degli adulti che balbettano sarebbe sicuramente inferiore se i genitori fossero istruiti in modo corretto su cosa fare sin dal primo manifestarsi del disturbo.
* Ci proponiamo quindi di aiutare i genitori – dopo aver provato a rasserenarli – a diventare “facilitatori di fluenza”.
* Si potrà eventualmente intervenire direttamente sul bambino, con opportune terapie, qualora il disturbo persista anche dopo i 5-6 anni.

**Il bambino in età prescolare**

**La balbuzie passerà? Oppure...**

Risalgono addirittura all’inizio degli anni ‘70, per lo più nel mondo anglosassone, le prime proposte di intervento su bambini in età prescolare, secondo cui i genitori devono diventare i protagonisti di un processo di cambiamento di una situazione non ancora consolidata (Egolf, Shames, Johnson, Kaprisin-Burelli).

Negli anni ‘80 numerosi studi ed esperienze cliniche confermano questo orientamento, da Gregory a Shine, a Conture e altri ancora fino a Rustin, Puster, Starkweather e Gottwald. Trovano vasta diffusione programmi di intervento precoce per bambini in età prescolare, con balbuzie conclamata o anche soltanto a rischio.

Con tutto ciò, qui da noi sono in tanti ancora a pensare:

* la balbuzie col tempo passerà;
* anche il fratello (il padre, la madre, ecc.) balbettava, poi ha smesso... anche lui si metterà a posto.

Gli adulti significativi intorno al bambino – dai parenti all’insegnante, allo stesso medico – insistono senza alcun fondamento scientifico sul fatto che crescendo certe cose si sistemano: il tempo come cura. Spesso invece il tempo non cura, ma anzi passa e non senza lasciare tracce nel bambino: sfiducia in sé come bambino “mal riuscito” e sfiducia negli altri, percepiti come consiglieri pasticcioni; sfiducia anche nelle proprie capacità nello studio (“che studio a fare se poi non riesco a parlare?”); scetticismo circa le possibilità di cura...

**Criteri di valutazione**

Secondo **Charles Van Riper**, **uno fra i maggiori studiosi e clinici della balbuzie** e balbuziente egli stesso, certi aspetti sono tipici del bambino con disfluenza:

* ripetizioni frequenti di sillabe;
* posizioni articolatorie fisse (rigide);
* disordine verbale fondamentalmente ciclico: il parlare passa a periodi da una fase fluente a una disfluente;
* non consapevolezza delle ripetizioni e dei blocchi;
* assenza di paura di parlare (situazioni e parole);
* assenza di ‘lotta anticipatoria’.

L’aspetto ciclico è il più caratteristico. Il disordine in questa fase iniziale attraversa periodi di piena fluenza che si alternano a periodi di tali e tante ripetizioni e interruzioni che la comunicazione risulta difficile. Per Van Riper e altri autori una frequenza di più del 5% di balbuzie (5-8 parole balbettate su 100) già può essere considerata non nella norma. I blocchi che durano più di 1 secondo sono anch’essi considerati non nella norma. Bisogna inoltre valutare se le pause silenti che il bambino fa:

* sono appropriate;
* sono molto lunghe;
* sono sempre all’inizio del discorso.

È segno di pericolo la presenza nel linguaggio del bambino di caratteristiche quali (N.B. La lista procede dalle meno importanti alle più importanti):

* molte ripetizioni; più ripetizioni che parole fluenti;
* presenza costante della vocale neutra, cioè: è... è... a... a...
* prolungamento di suoni, in genere della prima sillaba;
* tremore sulle labbra;
* cambiamento improvviso della tonalità della voce e cioè iniziare la frase con un tono e finirla con un altro;
* sforzo e tensione visibili mentre il bambino parla; smorfie, movimento degli occhi, tensione muscolare;
* momenti di panico durante l’eloquio, immobilità del corpo, blocco momentaneo, sguardo impaurito;
* evitamento di situazioni in cui bisogna parlare; rifiuto di rispondere e di parlare;
* balbuzie: più del 5% delle parole dette sono parole balbettate.

**Cosa decidere?**

Una volta che si è stabilito – meglio se con l’aiuto di uno specialista – se si tratta di balbuzie o meno, ci sono due strade da seguire:

1. l’intervento indiretto (preventivo, per bambini dai 2 ai 5 anni): counseling parentale teso ad abilitare i genitori facilitatori di fluenza scongiurando così il pericolo che episodi di semplice balbettamento degenerino in balbuzie conclamata;
2. l’intervento diretto: terapia vera e propria per le forme conclamate (in genere dai 5/6 anni i poi).

**Suggerimenti per i genitori**

[R. Jacubovicz, “A gagueira. Teoria e tratamento de adultos e crianças”, Antares Ed., Rio De Janeiro — Tradotto e liberamente adattato da Piero D’Erasmo, Direttore del Centro Punto Parola di Roma, [www.balbuzie.biz](http://www.balbuzie.biz/)].

1. Non aiuteranno il vostro bambino parole, gesti, azioni che denotano preoccupazione per il suo modo di parlare.
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 può inibire la sua comunicazione. Parlate alla fine.
5. Offrite un buon modello di linguaggio. Parlate più che potete con il vostro bambino con tranquillità e con una buona articolazione, senza esagerarla.
6. Non forzare il bambino a parlare davanti ad altre persone, cosa che gli creerebbe stress comunicativo, né pretendere che si esprima oltre le possibilità del suo vocabolario.
7. Fare domande che esigono risposte molto lunghe rischia di suscitare nel bambino un assurdo 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, ditegli 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. Balbetterà 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. Evitate di completare le frasi del bambino; abbiate pazienza e ascoltate con tranquillità ciò che deve dire anche se ci mette tempo.
14. 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.
15. Stabilite un tempo da dedicare ogni giorno a vostro figlio per raccontargli storie o parlargli liberamente ispirandovi per esempio alle figure di un libro.
16. Quando il vostro bambino deve andare in qualche posto, avvisatelo prima e ditegli cosa succederà e quali persone incontrerà. Evitate che rimanga in ansia senza sapere dove andrà e con chi giocherà.
17. 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.
18. 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.
19. Fate solo domande necessarie e che richiedano risposte brevi.
20. Inventate giochi sulle note di un canto fatto in coro o giochi in cui il bambino vi imita e ripete quello che voi dite, lentamente e articolando.
21. 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.

**Qualche altro suggerimento pratico**

Ad integrazione del “ricettario” appena riportato, seguono le note tratte dal “Manuale per la valutazione e il trattamento intensivo della balbuzie” di Lena Rustin (Edizioni Omega - Torino) destinato ai terapeuti. Sembrano semplici regolette che tutti conosciamo, ma se valutiamo bene i nostri comportamenti, ci accorgeremo come almeno ad alcune di queste regole non sempre ci atteniamo.

**Cosa devo e non devo fare quando mio figlio balbetta**

* **devo**:
	+ ascoltare quello che dice e non come lo dice;
	+ dargli tempo ed ascoltare finché non abbia finito;
	+ comportarmi come se non balbettasse;
	+ seguire i suggerimenti e le indicazioni ricevute e magari da lui stesso praticate, per esempio parlargli più lentamente;
	+ mantenere un atteggiamento calmo, in modo che il bambino non si senta pressato nel parlare, finendo così con l’aumentare la velocità di parola;
	+ badare bene a non prestare maggiore attenzione ai momenti di balbuzie a scapito di quelli di normale fluenza;
	+ ridurre la velocità di parola.
* **non devo:**
	+ riprenderlo per la balbuzie;
	+ “abbandonarlo” quando balbetta;
	+ dirgli di smettere di balbettare;
	+ punirlo perché balbetta;
	+ mostrarmi preoccupato per la sua balbuzie;
	+ arrabbiarmi o essere impaziente quando fa fatica a parlare;
	+ dire per lui la parola che non gli riesce di dire;
	+ fargli troppe domande e soprattutto non fargliele tutte insieme.

**Ascoltare**

*Cosa fare quando sto ascoltando mio figlio.*

* se siamo occupati, diciamogli che vorremmo senz’altro sapere quello che lui ci vuole dire, ma lo preghiamo di aspettare fino a quando potremo ascoltarlo per bene e con la massima attenzione. Naturalmente va previsto poi, senza farlo aspettare troppo, un momento di calma in cui potergli dedicare tutta l’attenzione di cui ha bisogno;
* guardarlo;
* parlargli sempre faccia a faccia e, se possibile, ponendomi alla sua stessa altezza;
* dimostrargli che lo stiamo ascoltando con interesse anche per potergli rispondere al meglio;
* non pretendiamo da noi stessi di ascoltare avendo la mente occupata.

**Complimentarsi**

*Come posso aiutare mio figlio ad essere più sicuro di sé*

* lodarlo almeno una volta al giorno per qualcosa che ha fatto bene, per esempio anche solo per un disegno fatto per noi, o per aver apparecchiato la tavola;
* essere sinceri, appropriati e coerenti nelle nostre lodi;
* quando lo si ringrazia per un compito svolto, aggiungiamo magari un complimento: l’hai fatto veramente bene!;
* incoraggiamolo a contraccambiare i complimenti, così impareremo a reagirvi sempre meglio in modo positivo.

**Rispettare il turno**

*Come posso migliorare questo aspetto nella mia famiglia*

* cerchiamo di trovare un momento specifico per esercitarci nel rispettare i turni di parola, per esempio a cena;
* chiariamo a tutti che quando una persona sta parlando, gli altri devono aspettare in silenzio finché lui abbia finito; solo allora toccherà ad un altro;
* se qualcuno interrompe gli si dice: “aspetta, quando lui avrà finito toccherà a te e nessuno ti interromperà;
* se una persona sta parlando da troppo tempo andrà fermata, spiegandone il motivo, e dando la parola ad un’altra;
* quando un membro della famiglia diventa noioso o ripetitivo, sarà bene ricordargli la regola dell’essere conciso e interessante;
* non interrompiamo il bambino che balbetta: non lo faremmo se parlasse normalmente.

**La disciplina**

*Cosa posso fare quando mio figlio si comporta male*

* cerchiamo di far coincidere la punizione con il momento della ‘marachella’ o del capriccio;
* non minacciamo punizioni che già sappiamo di non mantenere come, per esempio: “se lo fai ti mando via per sempre!”;
* siamo coerenti: se abbiamo stabilito una punizione facciamo in modo che avvenga, senza dimenticanze o ‘sconti’;
* avvertiamo con un ammonimento il bambino, cerchiamo di essere sicuri che lui abbia effettivamente capito l’errore e diamogli anche il tempo per correggersi;
* cerchiamo di ridurre il numero di volte in cui diciamo o rispondiamo “no!”; è meglio conservarlo per le occasioni più significative;
* quando è possibile farlo, cerchiamo di distogliere il bambino dall’attività scorretta, inducendolo a fare qualche cosa di positivo.– Per esempio: piuttosto che dirgli spesso “non fare– così”, coinvolgiamolo con una proposta (“perché non mi aiuti a fare questo?”).

**Conclusioni**

Se ci atterremo a quanto gli esperti consigliano e se ascolteremo quanto il cuore di una mamma o di un papà suggerisce, potremo star tranquilli di aver fatto in pieno il nostro dovere per favorire la scomparsa del disturbo o, almeno, per far sì che il bambino non abbia troppo a soffrirne sino a quando sarà in grado lui stesso di affrontare il problema attraverso opportune terapie.

Molti di questi atteggiamenti – lo noteranno i genitori stessi – sono naturalmente indicati anche per i bambini più grandi, che già balbettano da qualche tempo.

**Per i genitori di bambini in età prescolare**

*Questo articolo è stato tradotto e adattato alla situazione italiana dai siti esteri che sono elencati nella*[***relativa Sezione***](https://www.balbuzie.it/associazione/link-utili)*.*

Può essere un’esperienza che spaventa il rendersi conto che c’è qualcosa di “diverso” nel modo di parlare dei propri bambini. Tutti i genitori desiderano il meglio per i loro figli, e quando qualcosa appare non essere “normale”, molti iniziano a preoccuparsi di ciò che questo significherà per il futuro dei loro bambini. I genitori che si preoccupano tendono a immaginare il peggior scenario possibile, non riuscendo a mantenere un equilibrio tra conseguenze negative (che sono facili da predire) e conseguenze positive (che magari si può avere paura di sperare). Come in tutte le cose, è probabile che tuo figlio avrà sia buone sia cattive esperienze a causa della balbuzie. É importante però non focalizzarsi soltanto sulle cose negative che possono – o non possono – accadere.

Uno dei nostri principali obiettivi è di aiutare i genitori a capire che non è detto che la balbuzie avrà conseguenze negative sulla vita dei loro bambini. Sappiamo benissimo che i genitori preoccupati spesso dimenticano l’elemento più essenziale in merito alla balbuzie infantile: l’aiuto c’è ed è disponibile.

Sono reperibili molte risorse per aiutare i bambini a parlare più fluentemente, e allo stesso tempo a sentirsi più a proprio agio con il loro modo di parlare e più fiduciosi nella loro abilità di comunicare. Qui si trovano appunto alcuni elementi basilari da ricordare quando cominciate a sentirvi preoccupati per la parola di vostro figlio.

La maggior parte dei bambini in età pre-scolare smette di balbettare. Molti bambini mostrano difficoltà varie nel loro linguaggio quando stanno imparando a parlare, ma non tutti sono a rischio di continuare a balbettare. In effetti, la maggioranza dei bambini che inizia a balbettare sta semplicemente attraversando una fase di normale sviluppo del linguaggio.

Una recente ricerca mostra che 3 bambini su 4 che mostrano segni di balbuzie precoce recupereranno la fluenza entro più o meno un anno da quando hanno iniziato a balbettare.

Vostro figlio può o può non essere tra questi bambini, ma è importante ricordare che bimbi piccoli che balbettano (anche in modo severo) non sono tutti destinati a diventare adulti che balbettano. Ed anche quelli che poi, per qualsiasi ragione, continueranno a balbettare potranno migliorare la loro fluenza e la loro comunicazione.

Ripetiamo che un aiuto è disponibile. Potete aver sentito persone dire che “non sappiamo cosa causi la balbuzie” o “Non c’è cura per la balbuzie”. In un certo senso, entrambe le affermazioni sono vere; tuttavia, entrambe le affermazioni sono anche fuorvianti. Gli specialisti della balbuzie e altri esperti clinici conoscono molto bene i fattori associati con la causa della balbuzie, e attualmente c’è un considerevole sforzo, in numerosi laboratori in tutto il mondo, per migliorare la nostra conoscenza della balbuzie. In aggiunta, sono disponibili terapie efficaci. Benché anche i migliori specialisti non possano garantire il successo per ogni bambino che seguono, noi sappiamo che la grande maggioranza di bambini che balbettano può migliorare in modo significativo la propria parola.

La balbuzie non rovina necessariamente la vita di vostro figlio. Essa può avere un significativo impatto sulla vita di un bambino, ma può anche non averlo. Ci sono milioni di persone nel mondo che hanno imparato a vivere con la balbuzie e conducono una vita di successo e felice. Alcune di queste persone sono o sono stati famosi oratori come Winston Churchill, mentre altre sono persone “comuni” che hanno imparato ad tenere testa alla balbuzie in modo che essa non impedisca loro di fare ciò che desiderano fare.

La nostra Associazione può fornirvi le informazioni di cui avete bisogno per prendere delle decisioni ponderate in merito alla terapia per il vostro bambino, ma anche se la terapia non dovesse eliminare completamente la sua balbuzie, esistono molti modi per aiutare vostro figlio a far sì che la balbuzie non diventi un problema rilevante nella sua vita.

**Nei bambini in età scolare**

Chiunque balbetti “sa” cosa vuol dire balbettare davanti ai compagni di classe, vedere le gomitate che essi si scambiano, sentire i risolini, i commenti, le prese in giro... quando non si arriva – sempre più spesso, oggi – a veri e propri episodi di bullismo.

Gli “altri”, compresi i genitori, possono solo “immaginare”. E gli stessi genitori non hanno mai sentito il proprio figlio “quando” balbetta a scuola, ma soprattutto non lo hanno mai sentito “quanto” balbetta a scuola.

È importante che i genitori si rivolgano immediatamente, specie se il bambino soffre di balbuzie severa, ad uno specialista. Si faccia altrettanto anche con i bambini con balbuzie leggera che non abbiano mostrato miglioramenti netti entro sette-otto settimane dall’insorgenza del disturbo. Sarà ovviamente importante appurare se lo specialista abbia una buona formazione in diagnosi e trattamento della balbuzie.

Incontriamo spesso adulti che presentano una forte balbuzie: ai loro genitori era stato detto: “Non vi preoccupate, passerà”, cosicché l’opportunità di una terapia nel momento in cui il disturbo era più facilmente trattabile è andata perduta.

Abbiamo ripetutamente riscontrato infatti che quando i bambini affrontano in tempo una terapia seria, il trattamento è più efficace, anche in caso di una balbuzie importante.

L’intervento tempestivo evita lo sviluppo di abitudini prolungate nel tempo che interferiscono poi con il successo sociale e professionale.

Ma soprattutto evitano ai bambini inutili sofferenze.

**Il bambino in età scolare**

 [*Dalla premessa di Luisella Cocco – Logopedista presso la ASL 7 di Chivasso (TO) – al libro “Qualche volta io balbetto” di Eelco De Geus, da noi fatto pubblicare da Armando Editore, Roma nel 2004*]:

«È spesso difficoltoso valutare il vero pensiero ed i sentimenti dei bambini, ma un’attenta osservazione del loro comportamento, in particolare quello di evitare le situazioni, le parole, ecc. o il conflitto sforzo-lotta a cui si devono assoggettare, aiuterà il terapista e l’adulto significativo (genitore, parente, insegnante) a capire cosa provino realmente quando devono esprimersi verbalmente.

Quando nel 2000 ho avuto la fortuna di conoscere Eelco De Geus e di imbattermi nel libro da lui scritto, ero in una fase di totale insoddisfazione verso la poca considerazione che il mondo degli adulti che non balbettano dà ai bambini con questo disturbo di fluenza. Ero inoltre molto consapevole dell’enorme mancanza, in Italia, di informazione mirata e soprattutto aggiornata sull’argomento “balbuzie”.

Da diversi anni la collaborazione con l’AIBACOM ONLUS ha permesso a un team di specialisti, di cui faccio parte, di promuovere la sensibilizzazione nei riguardi di questa patologia del linguaggio mediante l’organizzazione di giornate informative rivolte a chiunque fosse interessato al problema, corsi mirati per gli insegnanti, organizzazione di corsi di aggiornamento...».

[*Dall’introduzione di Piero D’Erasmo, Direttore del Centro Italiano Balbuzie ‘Punto Parola’ di Roma, allo stesso volume*]:

«...Il dialogo tra questo speech therapist olandese e il suo piccolo lettore non è solo garbato, ma dimostra la grande competenza dell’autore che gli consente di parlare con franchezza e senza tabù: un garbo che eludesse il problema sarebbe un inganno. Sì perché, specie dalle nostre parti, persistono i silenzi e le mezze parole. Purtroppo non chiamare le cose con il loro nome non giova. Può solo alimentare un’attività fantastica abnorme rispetto al problema che – come dice saggiamente De Geus – è semplicemente “un modo di parlare tra i tanti possibili”.

L’autore sembra così suggerire [...] che se da una parte non si deve drammatizzare, dall’altra non si deve minimizzare al punto, come talvolta succede, di negare l’esistenza stessa del problema.

L’esito di tanto girare attorno al problema è che il bambino può non sentirsi libero di raccontare emozioni, frustrazioni e pensieri legati alla sua “parola ferita”. Comunque tra i due eccessi [...] c’è una terza via che si può percorrere: quella di un sano realismo ancorato ad una informazione corretta.

[...] Dopo i 6 anni aspettare che la balbuzie si risolva da sola è pura temerarietà. I segnali di consapevolezza da parte dei bambini – talvolta numerosi e nemmeno tanto in codice – e gli studi riportati nella letteratura specializzata, ci suggeriscono tutt’altro: agire, agire quanto prima, agire bene. Il professionista aggiornato nel campo della salute “verbale” del bambino – medico di base, pediatra, foniatra, logopedista, psicologo – sa molto bene che “la prognosi è tanto migliore quanto minore è l’intervallo temporale che separa l’insorgenza della balbuzie dal primo intervento terapeutico, anche perché ad aspettare troppo si rischia che la balbuzie si consolidi a tal punto da diventare refrattaria a qualsiasi intervento terapeutico” (C. Zmarich, postfazione al libro “La balbuzie” di F. Murray, Red Edizioni, 2003).

**Al bambino**

[*Dal libro “Qualche volta io balbetto”*]

**Balbettare non è uno scherzo**

A nessuno piace balbettare. Quando balbetti certe parole sono difficili da dire. Certe volte sembra che la gola sia bloccata, chiusa e non puoi continuare a dire quello che avevi iniziato. Oppure ripeti la prima parte di una parola diverse volte. Quando ti sforzi veramente nel tentativo di continuare a parlare, certe volte superi l’ostacolo, ma spesso questo sforzo peggiora le cose. Senti tensione nel tuo stomaco e devi fare tutti i generi di strane cose con la tua bocca o con tutta la tua faccia per andare avanti. Le persone possono accorgersi che tu stai balbettando e non sanno che cosa pensare di quello che sta succedendoti. Spesso cercheranno di aiutarti: certe volte lo puoi accettare, ma altre volte non fanno che peggiorare la situazione.

Di solito le persone che non balbettano trovano veramente difficile capire che cosa è la balbuzie. Vorrebbero aiutarti, ma non sanno minimamente che cosa devono fare. Lo puoi vedere dalle loro facce: appaiono un po’ nervosi, tesi e confusi. Quando le persone si innervosiscono certe volte possono fare delle cose un po’ strane. Non è colpa tua. È solo che non sanno che cosa fare e conoscono molto poco l’argomento balbuzie. Ecco perché dovresti far vedere questo libro anche a loro. Quando capiranno e sapranno un po’ di più sulla balbuzie, non saranno più tanto nervosi e preoccupati e così sarai tu che li avrai aiutati!

**Certe volte balbetti e certe volte no**

È facile immaginare perché le persone hanno difficoltà a capire la balbuzie. Certe volte per te parlare è facile, mentre in altre occasioni ti è più difficile. Quando giochi da solo nella tua camera a voce alta, tutto va bene. Quando parli ad un bambino più piccolo o ad un animale domestico, non vi sono difficoltà. Quando canti, le parole escono libere.

Certi bambini non balbettano quando sono arrabbiati, per altri questo particolare stato d’animo fa peggiorare la balbuzie. Magari è facile per te parlare con tua sorella o tuo fratello, ma ci sono delle difficoltà se parli con delle persone più grandi di te.

Qualche bambino balbetta molto a scuola e pochissimo a casa. Altri sono quasi fluenti a scuola e balbettano per lo più a casa. Dei bambini non balbettano per niente o balbettano meno durante le vacanze. I bambini che sono stanchi o malati tendono a balbettare di più, ma, come al solito, ci sono quelli che balbettano di meno in questa condizione.

Riesci a seguirmi? È molto complicato capire perché questa balbuzie va e viene e sembra cambiare ogni volta. Ecco perché le persone non sanno bene che cosa pensare e non sono tanto sicure su che cosa fare per aiutarti.

Ogni bambino parla in maniera esclusiva. Uno parla lentamente, un altro in fretta. C’è chi parla a bassa voce e chi ad alta voce. Ognuno ha un modo proprio e speciale di parlare ed ogni bambino balbetta nel proprio modo speciale e questo è come deve essere.

Non sarebbe noioso se tutti fossero uguali in tutto?

**Quando ti senti triste o arrabbiato per la tua balbuzie**

Le persone si arrabbiano quando le cose non vanno per il verso giusto. Quando cerchi di fare qualcosa e fallisci ancora e ancora e ancora, il tuo umore non sarà certo dei migliori. Inoltre ci si può sentire tristi dentro quando le cose continuano ad andare male. Non è così tremendo essere sgridati dai genitori o dagli insegnanti una volta ogni tanto, ma se questo capita ogni giorno, ti potresti infastidire o arrabbiare o magari entrambe.

Gli adulti di solito non mostrano, non manifestano apertamente la loro rabbia o il loro dolore, ma se li osservi attentamente potrai notare quello che provano. Possono essere più silenziosi del solito oppure hanno voglia di stare un po’ da soli, oppure ancora criticano tutto e niente gli va bene.

Balbettare una volta ogni tanto non è così terribile, ma se questo capita sempre più spesso e parlare per te comincia ad essere faticoso, potresti sentirti a disagio ed arrabbiarti con le tue labbra, con la tua lingua, con la balbuzie. Cominceresti ad odiarla. Le persone di solito piangono quando si sentono tristi, magari ti hanno insegnato a non comportarti come un bambino piccolo che piange sempre e ad essere invece coraggioso e forte.

Ma la balbuzie può essere così tremenda e farci stare così male, che è permesso piangere senza vergognarcene! Come è anche permesso odiarla e arrabbiarsi. Talvolta esprimere la tua rabbia può essere utile a farti sentire meglio, magari pestando i piedi per terra, gridando o magari piangendo.

Forse non vuoi far sapere agli altri come ti senti in quel momento, quindi potresti andare a sfogarti dove nessuno ti può sentire o vedere, ma starai molto meglio se dividerai i tuoi sentimenti con altre persone. Non vergognarti. Qualsiasi cosa possa succedere non dare la colpa a te stesso perché non è colpa tua se balbetti.

**Quando vieni preso in giro per la tua balbuzie**

I bambini si prendono in giro per i motivi più diversi. Un bambino molto alto solitamente viene preso in giro, ma può capitare anche a chi è molto basso. Potresti venir preso in giro per le tue orecchie a sventola o per il tuo naso troppo grosso, per essere stato troppo malato o perché non sei troppo veloce nella corsa. Perché non indossi i vestiti adatti o perché non hai la bicicletta. Perché hai i capelli rossi o perché non sei bravo in matematica. O perché...

È abbastanza normale che i bambini si prendano in giro qualche volta, ma se per caso tu desiderassi molto la bicicletta e venissi preso in giro perché non ne possiedi una, allora questo può farti stare emotivamente male. È la stessa cosa per la balbuzie: se non sei sicuro di te stesso e non ti piaci molto come sei, il venir preso in giro proprio su quello ti potrebbe ferire profondamente.

Quando vieni preso in giro, puoi andare dall’insegnante per chiederle di mettere fine al supplizio. Oppure puoi chiedere aiuto ai tuoi genitori. Ma potresti fare qualcosa di diverso e prendere in giro a tua volta. Puoi sempre pensare a delle soluzioni.

**Certe persone non vogliono proprio capire**

Hai ormai letto che la balbuzie varia continuamente ed ogni bambino ha il suo modo speciale di balbettare, che magari cambia da un giorno all’altro. Le persone che non balbettano trovano molto difficile capirlo. Di solito a loro piace che le cose rimangano uguali e siano prevedibili, i cambiamenti di solito lì “spaventano” e non sanno cosa fare con ciò che non capiscono o non conoscono.

I tuoi genitori potrebbero essere preoccupati per la tua balbuzie perché vogliono sempre il meglio per te e vogliono che tutto funzioni bene. Solitamente è per questo motivo che spesso vogliono aiutarti. In parte perché gli dispiace vedere che certe volte fai fatica, ed in parte perché la balbuzie lì spaventa e vogliono eliminarla proprio come cerchi di fare tu.

Certe volte è “OK” quando le persone ci danno dei consigli, ma spesso non lo è. Stai già facendo del tuo meglio, ma loro vorrebbero ancora di più. Dire qualcosa può essere molto difficile quando ricevi questo tipo di “pressione” e la tua balbuzie potrebbe anche peggiorare. Naturalmente queste persone non si rendono conto che anziché aiutarti ti rendono le cose più difficili.

È molto importante quindi parlare con loro, spiegando che cosa è la balbuzie e cosa ti piacerebbe che loro facessero, o non facessero, per aiutarti veramente. Forse questo potrebbe essere difficile da fare da solo, quindi potresti sempre far leggere questo libro alle persone che frequenti normalmente, oppure ne potresti parlare coi tuoi genitori e saranno loro ad informare gli altri adulti.

**Tu sei importante!**

A causa della tua balbuzie o a causa di altre cose che ti rendono infelice, potresti pensare che sai solo fare le cose nella maniera sbagliata e che c’è qualcosa di sbagliato in te. Pensi di non piacere alle persone. Sappi che non sono solo i bambini a pensarla in questo modo, anche certi adulti provano gli stessi sentimenti.

Nel caso avessi questi pensieri negativi, ti stai dimenticando di qualche cosa: di quanto sia importante che tu esista e che tu sia te stesso. Non c’è nessuno al mondo come te, tu sei speciale e hai anche dimenticato che ci sono tantissime cose che fai bene e che ci sono moltissime persone che ti vogliono bene e che s’interessano a te.

Non è giusto che le persone siano spesso troppo timide per mostrare quanto ci tengano all’altra persona. Se pensi dì non essere troppo importante per gli altri e senti uno strano vuoto dentro, ricordati che puoi fare qualcosa per modificare questa situazione. Ricordandoti ad esempio che

**TU SEI IMPORTANTE**

Più convinto ne sarai, più forte diventerai. Se non ce la fai da solo, chiedi a qualcuno di tua fiducia di ricordartelo!

**Ai genitori**

Lo so che fate del vostro meglio per aiutare il vostro bambino a parlare senza fatica. Penso siate a conoscenza del disagio e delle preoccupazioni del vostro bambino. Lui proverà a non balbettare, ma più lo farà e più la balbuzie peggiorerà. Questo fa della balbuzie un gran problema. È come volere infilare il filo nella cruna dell’ago: se tu sei così determinato ad avere successo al primo tentativo, le tue dita saranno in tensione, le tue mani inizieranno a tremare e naturalmente questo renderà più difficoltoso infilare il filo nell’ago. Ci riuscirai quando permetterai a te stesso di non essere perfetto e riuscirai così ad essere calmo e ad avere fiducia in te stesso.

Probabilmente ogni tanto farete commenti sulla balbuzie di vostro figlio ed è comprensibile la voglia che avete di aiutarlo. Magari non trovate semplice ascoltare chi balbetta e vorreste fermare la balbuzie, ma dovrete prestare attenzione al tipo d’aiuto che offrite perché solo quello che li rende più tranquilli e più fluenti ha valore corretto.

Potrebbe anche capitare che il vostro bambino non voglia essere aiutato mentre sta parlando; se lo farete ugualmente il risultato sarà un aumento di tensione in lui (magari gli state trasmettendo il messaggio che non gli è permesso di essere imperfetto). Ripensate all’esempio dell’ago e dei filo. Più il bambino sarà teso e più difficile sarà per lui far scorrere le parole.

Meglio di tutti, i genitori sono in grado di capire quando il proprio figlio è teso o rilassato ed è per questo che chiediamo il vostro aiuto. I genitori possono dare un sostegno inestimabile poiché conoscono al meglio il proprio figlio ed i suoi stati d’animo. È molto importante chiarire che il comportamento dei genitori non è mai la causa della balbuzie. Il bambino è nato con la predisposizione ereditaria alla balbuzie, in altre parole l‘area della parola è il punto debole.

La balbuzie si manifesta quando le richieste (in qualsiasi campo) diventano molte e complesse. Questa balbuzie è innocua di per sé, ma se il bambino pensa che agli altri non piace il suo modo di parlare, cercherà allora di parlare meglio e di nasconderla o addirittura fermarla. Tutto ciò farà peggiorare la balbuzie ed è una ragione per la quale lui soffre e soffrirà.

Ricordatevi che non siete la causa della balbuzie di vostro figlio, ma siete i sostenitori migliori e più vicini che possono aiutarlo a parlare senza faticare. Il bambino potrebbe sentirsi demoralizzato come arrabbiato o ferito a causa del suo modo di parlare. Quello di cui ha bisogno vostro figlio sono genitori che gli permettano d’essere triste o risentito e che capiscano e dimostrino di aver compreso questi sentimenti.

Ci sono dei bambini che non hanno il coraggio di discuterne con i propri genitori, ma voi dovrete dargli il tacito consenso e permettergli di farlo. Talvolta, occasionalmente, potreste chiedergli il suo parere riguardo la sua balbuzie; preparatevi però a permettergli di non affrontare l’argomento se non si sente libero di farlo. Potreste essere anche preoccupati per il futuro di vostro figlio ed in tal caso dividete tali pensieri tra di voi e con la logopedista. È inoltre importante per voi e per vostro figlio che non vi preoccupiate troppo. È utile anche cercare un aiuto competente in materia.

La balbuzie si manifesta con mille sfaccettature ed è per questo che posso solo dare consigli generali. Potreste trovare solo in parte applicabili le cose che avete letto, ma se continuate ad essere preoccupati, non esitate a chiedere l’intervento di personale specializzato che aiuti voi ed il bambino perché è un vostro diritto.

**Suggerimenti per i genitori**

Vedere quanto indicato per i genitori di bambini in età prescolare nella relativa sezione del nostro sito ([**primo articolo**](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/nei-bambini-in-et%C3%A0-prescolare/il-bambino-in-et%C3%A0-prescolare) e [**secondo articolo**](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/nei-bambini-in-et%C3%A0-prescolare/per-i-genitori)) con eventuali adattamenti in base all’età.

**Per i genitori di bambini in età scolare**

*Questo articolo è stato tradotto e adattato alla situazione italiana dai siti esteri che sono elencati nella*[***relativa Sezione***](https://www.balbuzie.it/associazione/link-utili)*.*

Quando i bambini che balbettano crescono e imparano ad avere a che fare con la balbuzie, possono andare incontro a un certo numero di nuove sfide. Fortunatamente, puoi fare molto per aiutare tuo figlio attraverso questo periodo potenzialmente difficile. L’obiettivo delle varie associazioni nazionali è quello di aiutarti ad apprendere che l’aiuto è disponibile e che tu e tuo figlio non siete soli nell’affrontare la balbuzie.

I bambini in età scolare sono abbastanza grandi per rendersi conto che non sono ancora usciti dal loro vecchio modo di parlare. In effetti, appena hanno raggiunto la prima elementare, molti bambini balbettano già da oltre metà della loro vita. Con questa considerazione arriva anche una crescente consapevolezza del fatto che la balbuzie può non semplicemente “passare” come il bambino poteva aver sperato quando era più piccolo.

Nel momento in cui comincia a riconoscere che la balbuzie è qualcosa che potrebbe rimanere in lui per tutta la sua vita, può provare una crescente frustrazione e preoccupazione riguardo alla sua parola. Per questo motivo, in particolare i bambini in età scolare necessitano del pieno supporto da parte dei genitori e dei medici, così come delle altre persone nel loro ambiente, perché li aiutino a capire ciò che stanno vivendo.

È importante per i bambini capire che non balbetteranno sempre nello stesso modo come fanno ora, e che la loro balbuzie non sarà sempre grave. In realtà, tutti i bambini che balbettano possono imparare a migliorare la fluenza della loro parola, aumentare la loro capacità di comunicare efficacemente ed arrivare a parlare anche molto bene: è decisivo che i bambini mantengano vivo un senso di speranza e di ottimismo mentre imparano ad affrontre bene la balbuzie nella loro vita.

Se i genitori desiderano aiutare i loro figli ad affrontare quel che provano nei confronti della balbuzie, devono essi stessi essere fiduciosi riguardo ad un futuro miglioramento della parola nel tempo. Devono anche accettare il fatto che una soluzione veloce potrebbe essere d’aiuto ai bambini nell’immediato, ma che in ultima istanza potrebbe soltanto illudere e di fatto allontanare da una soluzione migliore e più a lungo termine. Tutto questo può essere difficile da accettare e comprendere per dei genitori, ed è spesso complicato decidere quali terapie siano più efficaci.

Ecco di seguito alcuni “fattori chiave” sulla balbuzie in bambini di età scolare, da tenere in mente quando sei preoccupato per la parola di tuo figlio.

1. **Balbettare non è colpa di tuo figlio**
Balbettare non è qualcosa che il bambino fa di proposito, non è qualcosa che gli succede perché fa qualcosa di sbagliato. È solo una caratteristica del suo modo di parlare.
2. **Cambiare modo di parlare è difficile**
Sebbene tuo figlio possa imparare nella terapia delle strategie per migliorare la sua fluenza, è molto difficile impiegare queste strategie sempre. Come genitore, puoi farti un’idea di quanto sia difficile questo compito tentando di usare le stesse strategie proprio insieme a tuo figlio. Questo aiuterà te a riconoscere i risultati che tuo figlio sta ottenendo e anche a dargli lo spazio che gli occorre per essere capace di gestire la sua parola nel tempo.
3. **La balbuzie varia**
Tuo figlio sperimenterà diversi gradi di fluenza in differenti situazioni e in differenti giorni. Alcune volte è più facile parlare e altre volte è più difficile. Quando tuo figlio sperimenta una balbuzie più accentuata, talvolta può essere capace di lavorare con più impegno per migliorare la sua parola, ma gli sarà di molto aiuto avere una maggiore comprensione da parte delle persone del suo ambiente rispetto al fatto che cambiare modo di parlare è difficile.
4. **L’aiuto è disponibile**
Sebbene non ci sia una cura vera e propria per la balbuzie, i bambini possono imparare nel tempo a migliorare la loro fluenza, anche fino a perdere traccia della balbuzie; di sicuro miglioreranno il loro atteggiamento verso la balbuzie e in generale la loro capacità di comunicare in modo efficace. Puoi aiutare tuo figlio a raggiungere questi traguardi trovando un professionista specializzato nelle patologie del linguaggio, in particolare in balbuzie, e sviluppando una rete di supporto che comprenda altri bambini che balbettano e le loro famiglie.
5. **Traguardi**
La balbuzie non può impedire a tuo figlio di ottenere qualsiasi traguardo che egli voglia raggiungere.

Tenendo a mente questi fattori chiave, puoi affrontare il problema della balbuzie con un atteggiamento più aperto e più costruttivo. Oltre ad aiutarti ad affrontare più facilmente il fatto che tuo figlio balbetta, questo aiuterà anche lui a sviluppare un atteggiamento sano e appropriato verso la sua parola e una migliore fiducia nella sua capacità di esprimersi.

**Le “10 cose più importanti da fare” per genitori di bambini in età scolare che balbettano.**

*Questo articolo è stato tradotto e adattato alla situazione italiana dai siti esteri che sono elencati nella*[***relativa Sezione***](https://www.balbuzie.it/associazione/link-utili)*.*

Hai un figlio che balbetta, e di certo sai che non c’è una cura magica. Nuovi e importanti sviluppi nell’educazione e nella terapia si stanno comunque registrando di continuo. Nel frattempo, c’è davvero tanto che tu, il tuo bambino e altri nella vita di tuo figlio potete fare. L’obiettivo di tutte le Associazioni – per l’Italia l’AIBACOM – è dar forza a te e a tuo figlio attraverso la conoscenza, la consapevolezza e la speranza che aumenteranno per il tuo bambino le possibilità di uno sviluppo nel linguaggio pieno di successo. **Ecco le 10 cose che puoi fare ora per aiutare tuo figlio:**

1. **Impara cos’è la balbuzie**
Puoi riuscire a capire meglio il percorso adatto a tuo figlio acquisendo una maggiore conoscenza della balbuzie. Conoscere i fatti può aiutare te e tuo figlio ad affrontare le complessità di questo disturbo di comunicazione spesso poco chiaro.
2. **Valuta lo stile di comunicazione della tua famiglia**
Concedetevi del tempo ogni giorno per parlare con tranquillità con il vostro bambino. Molte famiglie oggi hanno entrambi i genitori che lavorano e che hanno poco tempo per la conversazione. Un’atmosfera frettolosa crea stress che può rendere più difficile al tuo bambino comunicare bene.
3. **Ascolta tuo figlio**
Ascolta ciò che ti comunica tuo figlio, non la sua balbuzie. Più che concentrarti sul modo in cui lui sta parlando, ascolta le sue idee. Fagli sentire che ciò che sta dicendo è più importante di come lo sta dicendo.
4. **Parla con il tuo bambino**
In base a quanto volentieri lo desidera o è a suo agio, parla apertamente con tuo figlio della balbuzie. Mantenere aperte le linee di comunicazione può servire a creare un’atmosfera di condivisione tra te e il tuo bambino. Una comunicazione aperta permette a tuo figlio di sapere che può parlare con te del come si sente riguardo la sua balbuzie, e questo può aiutarlo a capire che non è solo nel gestire questo problema.
5. **Scegli un’appropriata terapia**
Uno dei passi più importanti è trovare un’appropriata terapia per tuo figlio. Cerca un terapista del linguaggio che sia informato sulla cura della balbuzie nei bambini, e lavora a stretto contatto con lui per essere sicuro di poter raggiungere il miglior risultato.
6. **Coinvolgiti**
I genitori hanno bisogno di essere istruiti, preparati e informati su tutti gli aspetti della terapia. Puoi diventare un compagno nel processo della terapia imparando le complessità della balbuzie e la terapia stessa della balbuzie. Prova a capire ciò che tuo figlio sta sperimentando. Il tuo bambino necessita di gestire la balbuzie da solo, ma sapere che tu sei “in trincea” con lui crea un legame importante.
7. **Fatti sentire**
Sei tu il migliore alleato di tuo figlio. Incrementando la tua conoscenza e comprensione della balbuzie, tu acquisisci gli strumenti per favorire il successo a lungo termine di tuo figlio. Spesso i genitori hanno bisogno di educare le persone intorno al bambino in merito alla balbuzie e alla terapia. Puoi anche insegnare a tuo figlio ad essere più tranquillo aiutandolo a parlare agli insegnanti e agli altri della sua parola e di ciò che impara in terapia.
8. **Impara ad accettare la balbuzie di tuo figlio**
I bambini possono imparare ad accettare e a gestire la balbuzie in tanti modi. La balbuzie è una parte davvero piccola di ciò che tuo figlio è ed ancor più piccola di ciò che diverrà. La balbuzie NON crea limiti. L’accettazione è la chiave. Tu devi diventare il “porto sicuro” di tuo figlio. Il tuo bambino ha bisogno di sapere che il tuo amore e la tua accettazione sono senza condizioni, che egli balbetti o meno.
9. **Concediti una pausa**
Il cambiamento è un processo. Nel momento in cui tu, tuo figlio e la tua famiglia imparate ad affrontare la balbuzie, capite anche che il cambiamento qualche volta può richiedere tempo. Concedi a te stesso e a tuo figlio il permesso di fare qualche pausa, di compiere piccoli passi verso uma migliore fluenza.
10. **Rimani connesso**
Le Associazioni nazionali, nel tuo caso l’AIBACOM, hanno l’obiettivo di offrire speranza, forza e supporto a te e al tuo bambino. Tramite la loro rete di contatti, puoi essere parte di una comunità di famiglie e di bambini che vivono la vostra stessa situazione. La maggiore forza che puoi dare a te stesso e al tuo bambino è sapere che non sei solo nell’affrontare la balbuzie e che un aiuto è sempre a vostra disposizione!

**La balbuzie negli adolescenti**

Si sono scritti migliaia di trattati sull’adolescenza... Bella, l’adolescenza... un’età particolare però, con tutta una serie di difficoltà che conosciamo benissimo.

Tra questi, per esempio, quello di non concepire né ammettere limiti, soprattutto in senso fisico. Ci si sente forti, in grado di affrontare tutto e tutti con le proprie forze, anzi con le proprie mani.

Questa benedetta balbuzie proprio non ci voleva! In quanti modi abbiamo provato a vincerla, quante volte ci siamo preparati per bene ad una interrogazione. Ma poi proprio lì, davanti a tutti i compagni, nella materia preferita e proprio nella situazione in cui tenevamo a far bella figura, zac! la tagliola della balbuzie ci ha preso alla gola, ci ha fatto mancare il respiro, ci ha bloccato lo stomaco, ci ha vinto...

L’adolescente dovrebbe smettere di chiedersi “perché proprio io?”, smettere di aspettarsi un miracolo al risveglio, smettere di fantasticare su che cosa potrebbe fare “se non balbettassi”.

C’è una sola cosa da fare, guardarci allo specchio e dirci: “OK, visto che balbetto, voglio fare qualcosa”. È cioè necessario prendere coscienza che la nostra parola ha bisogno di una “messa a punto” e lavorarci su.

Sappiamo anche che gli adolescenti, che pure ci terrebbero a parlare bene, non vorrebbero dover sottrarre tempo per la terapia agli amici, al divertimento, alle attività sportive o alle vacanze.

Allora suggeriamo loro di accogliere di buon grado l’invito dei loro genitori ad affrontare il problema. Nessuno più di loro tiene al futuro del proprio figlio. Essi ne vedono e prevedono gli ostacoli futuri negli studi, nella vita lavorativa, nella vita sentimentale. La balbuzie, come già successo, “può” trasformare quegli ostacoli in veri e propri sbarramenti.

È molto importante che l’adolescente cerchi le motivazioni per cominciare ad occuparsi della propria parola. Diciamo cominciare, ma sappiamo benissimo che molti sono stati almeno una volta da un logopedista o da uno psicologo. Il fatto che si sia probabilmente già seguita una cura per la balbuzie, non esclude il poter prendere la cosa di nuovo in considerazione. Sappiamo tutti che la balbuzie cambia nel tempo e che emozioni e atteggiamenti cambiano anch’essi man mano che si fanno nuove esperienze.

“Quando il gioco si fa duro – diceva Vialli anni fa ed hanno ripetuto in molti – i duri scendono in campo” .

Proviamoci o proviamoci di nuovo.

**L’adolescente**

**Perché “fare qualcosa”?**

Bella età, quella dell’adolescenza! Purtroppo ha anche parecchi risvolti problematici... Tra questi, per esempio, quello di non concepire né ammettere limiti, soprattutto in senso fisico. Ci si sente forti, in grado di affrontare tutto e tutti con le proprie forze, anzi con le proprie mani. Questa benedetta balbuzie proprio non ci voleva! In quanti modi abbiamo provato a vincerla, quante volte ci siamo preparati per bene ad una interrogazione. Ma poi proprio lì, davanti a tutti i compagni, nella materia preferita e nella situazione in cui tenevamo a far bella figura, zac! la tagliola della balbuzie ci ha preso alla gola, ci ha fatto mancare il respiro, ci ha bloccato lo stomaco, ci ha vinto...

Ci riesce difficile ammettere di avere un limite. Magari siamo belli, forti, simpatici, intelligenti... ma, c’è un ma: LA BALBUZIE. Dovremmo cercare di smettere di chiederci “perché proprio io?”, smettere di aspettarci il miracolo la mattina al risveglio, smettere di fantasticare su che cosa potremmo fare SE NON BALBETTASSI.

C’è una sola cosa da fare: guardarci allo specchio e dirci: OK, VISTO CHE BALBETTO, voglio fare qualcosa. È cioè necessario prendere coscienza che la nostra parola ha bisogno di una “messa a punto” e lavorarci su. È molto importante che l’adolescente cerchi le motivazioni per cominciare ad occuparsi della propria parola. Diciamo cominciare, ma sappiamo benissimo che molti sono stati almeno una volta da un logopedista o da uno psicologo. Il fatto che si sia probabilmente già seguita una cura per la balbuzie, non esclude il poter prendere la cosa di nuovo in considerazione. Sappiamo tutti che la balbuzie cambia nel tempo e che emozioni e atteggiamenti cambiano anch’essi man mano che si fanno nuove esperienze.

C’è una frase che ai ragazzi piace sempre: “Quando il gioco si fa duro, i duri entrano in campo” .

Proviamoci. O, per alcuni, riproviamoci.

**Suggerimenti per l’adolescente**

1. Prendi questi suggerimenti per quello che sono: semplici indicazioni che possono aiutarti a gestire meglio le tue disfluenze e farti sentire più sicuro di te.
2. Incomincia a “fare i conti” con la tua difficoltà di parola: fingere che non ci sia non ti aiuta. Tutti hanno dei punti deboli, il tuo è la balbuzie. Se riesci a capire che la balbuzie è una tua caratteristica ti sarà più facile intraprendere una strada che ti porti a ridurla sempre di più nel tempo. Fino a quale punto? Beh, non mettere limiti alle tue capacità. Ma se, al contrario, non la ammetti neanche con te stesso non ti sarà possibile fare dei cambiamenti per parlare meglio.
3. Mettiti in ascolto di te stesso quando balbetti e quando parli in modo fluente e cerca di capire quali sono le differenze più evidenti tra i due modi di parlare (stato d’animo, tensioni muscolari, sentimenti...). Sicuramente quando hai dei blocchi e delle difficoltà contrai qualche muscolo della bocca, del torace, delle spalle o di altri distretti muscolari. Cerca di individuare quali sono e di tenerli il più possibile rilassati.
4. Il modo migliore per vincere la paura di parlare in certe situazioni per te difficoltose è solo uno…affrontarle. Per quanto una situazione ti possa spaventare è importante non evitarla perché così la paura cresce sempre di più e anche il livello di fluenza peggiora. Al contrario più tu affronti una difficoltà (telefonare, parlare in classe, fare domande…) e meno paura avrai della stessa. Naturalmente se fino a oggi hai evitato molte parole, persone e situazioni, incomincia con la prova che ti mette meno paura per poi, poco alla volta, arrivare ad affrontare le situazioni più difficili e ansiogene. Evitare ti può far comodo sul momento ma alla lunga non ti gratifica più. Al contrario, se riesci ad affrontare prove per te difficili, tenendo conto della tua difficoltà specifica, la tua autostima ne uscirà rafforzata, anche se avrai balbettato un po’. Ricorda comunque che la paura di parlare in pubblico è molto diffusa e sentita anche dai “normofluenti”!
5. Non colpevolizzarti se fino a oggi hai cercato degli stratagemmi per non dover parlare: hai solo tentato di proteggerti e di non farti del male. Con una nuova consapevolezza puoi però iniziare un cammino di cambiamento.
6. Complimentati con te stesso per tutti i cambiamenti, anche piccoli, che riesci a fare, per ogni situazione difficile affrontata, anche se hai balbettato. Ogni cammino di cambiamento è difficile e talvolta molto lungo. Non importa quanto sia lontana la meta, l’importante è sapere che sei sulla via giusta e ogni passo, per quanto piccolo, ti avvicina ad essa.
7. Metti in conto che incontrerai difficoltà e che certe volte, molto spesso per stanchezza o distrazione, ti potrà succedere di tornare a balbettare dove credevi di essere diventato sicuro. Non ti preoccupare, succede, fa parte del cammino, soprattutto se pensi, come avrai sperimentato di persona, che la balbuzie è un disturbo molto altalenante sia nell’intensità che nella frequenza.
8. Cerca di non identificarti nella parola “balbuziente” perché questo ti può far sentire “condannato” ad una condizione statica e immutabile. Pensa piuttosto che sei una persona che certe volte balbetta, alcune di più e altre di meno. In questo modo chiami il tuo disturbo con il suo nome, senza giri di parole, ma nello stesso tempo non ti ci identifichi. La tua balbuzie, per quanto grave possa essere o per quanto tu la senta opprimente, è solo una parte di te, una tua caratteristica insieme a mille altre.
9. Incomincia, se ancora non lo hai fatto, a parlare per primo della tua balbuzie, partendo dalle persone con cui sei maggiormente in confidenza. Affrontare il discorso sulla tua difficoltà aiuta te a prenderne coscienza e gli altri a capirla meglio. La maggior parte delle reazioni “sbagliate” degli altri (finire le parole al posto tuo, strabuzzare gli occhi, prenderti in giro, provare imbarazzo…) nascono proprio dall’ignoranza del problema. Pensa tuttavia che gli altri non sono tenuti a conoscere il tuo problema. Tu per primo dovresti essere interessato a farlo conoscere meglio affinché le reazioni degli altri siano più adeguate e non ti mettano in difficoltà. Questo vale soprattutto se hai già conosciuto l’ironia e le prese in giro da parte di compagni, amici ecc. Se invece tu per primo fai simpaticamente dell’autoironia, magari con espressioni del tipo “oggi mi incanto proprio!” oppure “quando tira vento per me è più difficile!”, automaticamente scoraggerai l’ironia degli altri, che da quel momento inizieranno a considerarti simpatico e coraggioso. In effetti per fare autoironia ci vuole molto coraggio e amor proprio, ma è anche importante… non prendersi troppo sul serio! Ricordo ancora l’esperienza raccontata da un ragazzo di 16 anni che un giorno disse ad un amico: “Ce l’hai mezz’ora di tempo che ti devo parlare 10 minuti?”
10. Prendi in considerazione l’idea di seguire una terapia se ti accorgi che da solo non ce la fai o che non sei soddisfatto dei cambiamenti parziali che sei riuscito a fare. Parlane con i tuoi genitori. Non andare a caso ma cerca con calma, fatti consigliare da persone esperte, confronta le metodologie e poi scegli ciò che ritieni più utile per te. Ricorda però che la balbuzie non si può risolvere in una sola notte come per miracolo e diffida di chi ti promette cambiamenti facili e veloci. Incontra personalmente lo specialista che ti seguirà e cerca di conoscerlo meglio parlando con lui. Se non ti trovi bene o non ti ispira fiducia non sei obbligato ad affidarti a lui, ma una volta che avrai scelto, affidati e segui le sue indicazioni.
11. La motivazione che ti spinge a voler fare terapia non deve essere legata alle aspettative dei tuoi genitori (“lo faccio per far piacere a loro”), ma deve nascere da te, dal tuo profondo. Sarebbe bello che nel deciderti per un trattamento non ti concentrassi tanto sulle brutte figure fatte ma che cercassi invece di pensare a te, a come staresti meglio e a come saresti più libero di dire sempre quello che senti.
12. Infine, se vuoi scambiare quattro chiacchiere con qualcuno dell’Associazione, per sfogarti, per chiedere un consiglio o per altro ancora, oggi i sistemi non mancano certo: scrivici una mail sul nostro sito o magari [**contattaci su Facebook**](http://www.facebook.com/pages/Aibacom-Associazione-Italiana-Balbuzie-Stuttering-Gagueira/157691207585473): ci trovi anche lì!
13. Informare gli insegnanti dei fattori che generano la balbuzie e indicare lo strumento di verifica più adeguato, a proprio giudizio: interrogazione orale in classe o fuori della classe, oppure verifica scritta o altro.

**Adolescenti e balbuzie**

*Questo articolo è stato tradotto e adattato alla situazione italiana dai siti esteri che sono elencati nella*[***relativa Sezione***](https://www.balbuzie.it/associazione/link-utili)*.*

L’adolescenza può essere difficile per tutti, non solo per chi balbetta. I compagni di scuola e gli amici trovano in noi quella “diversità” che possono sfruttare per stuzzicarci. In genere lo fanno per sentirsi meglio con sé stessi. Sfortunatamente la balbuzie è una diversità che gli altri possono facilmente usare per prenderci in giro.

Come possiamo comportarci? Spesso il miglior modo per affrontare questo problema è far capire agli altri che non siamo disturbati dal nostro balbettare. Una delle cose interessanti sulla balbuzie, e di cui non ci rendiamo conto finché non cresciamo, è che se siamo “aperti” nei confronti della balbuzie, questa diventa meno pesante e meno problematica. Gli altri spesso ci prendono in giro per la balbuzie perché non la capiscono. Non ridono perché sono crudeli, ridono perché sono a disagio e magari non sanno come comportarsi. Se “lavoriamo” per metterli a loro agio – accettando la nostra balbuzie e provando a farla capire agli altri – sarà sicuramente meno probabile che ci prendano in giro.

Un altro modo per far sì che la balbuzie sia un problema meno pesante è provare a non nasconderla. Spesso, più ci sforziamo a “non balbettare”, più abbiamo problemi. Se ci permettessimo di balbettare apertamente e senza cercare di nasconderla (con tentativi a volte maldestri), ci sentiremmo più a nostro agio perché mostreremmo una certa apertura nei confronti del problema. Facciamo un’analogia: mettiamo che una compagna di scuola abbia un grosso foruncolo sulla faccia. Come reagireste? Probabilmente vi sentireste a disagio, perché non sapreste se se ne è accorta e – nel caso che lo fosse - non sapreste come si potrebbe sentire. Se lei dicesse: “Cavolo, mi sono svegliata stamattina con questo grosso bubbone sulla fronte e non ci ho potuto fare niente!”, questo ci metterebbe più a nostro agio perché capiremmo che sa di avere quel brufolo e che non ha problemi a dirlo. Allo stesso modo, se faccessimo sapere ai nostri interlocutori che noi siamo a nostro agio con la balbuzie, questo li aiuterebbe a loro volta a sentirsi più rilassati.

Probabilmente hai seguito una terapia focalizzata solo sulla fluenza di linguaggio. Hai imparato cose come la pronuncia lenta, gli attacchi dolci, il parlare prolungato. E se sei come molte altre persone che balbettano, hai scoperto che queste cose a volte funzionano, come ad esempio nella stanza in cui fai terapia o quando ti senti rilassato. Ma altre volte, quando ne avresti realmente bisogno, sembra che queste tecniche non sempre funzionino. Perché? Sinceramente non lo sappiamo con certezza. Ma sappiamo una cosa: la balbuzie cambia. Spesso è frustrante riuscire ad essere fluenti in una situazione piuttosto che in un’altra, o essere più fluenti in alcuni giorni piuttosto che in altri. Questo ci aiuta a capire – e ad accettare – che la fluenza cambia. Ancora più importante è essere paziente con noi stessi quando non siamo capaci di essere fluenti. Non stai facendo niente di sbagliato quando non riesci a parlare correttamente. É importante far sapere agli altri (forse persino al tuo terapista del linguaggio) che la variabilità della balbuzie è uno dei suoi marchi di fabbrica. Per questo sarà meno probabile che la gente pensi che “non ti impegni abbastanza” quando non riesci ad essere sempre fluente.

Forse pensi che essere fluente è possibile ma richiede molto lavoro. A volte desideri di non dover lavorare sempre così tanto per raggiungere certi obiettivi. Non sarebbe una cattiva idea permetterti ogni tanto una pausa da tutto questo lavoro. Forse quando stai rilassandoti a casa, ad esempio, puoi dire ai genitori che per 30 minuti non lavorerai per raggiungere quegli obiettivi, giusto per riposarti un attimo. Pur senza esagerare nel prenderti troppo spesso queste pause, è importante capire che essere fluenti è un lavoro molto impegnativo per chi balbetta, quindi non ti sentire in colpa se ogni tanto ti riposi.

Probabilmente le tue esperienze di terapia non sono state sempre positive. É importante non arrendersi mai con le terapie e scegliere quella più giusta. A volte è necessaio provarne diverse prima di trovare quella che funziona al meglio. Di solito, quando si è bambini, sono gli altri che ci dicono cosa è importante e cosa non lo è. Quando cresciamo, è importante avere un terapista del linguaggio che lavori con noi per fissare degli obiettivi. Piuttosto che dirci quali obiettivi dovremmo avere, un buon terapista ci aiuterà a fissare traguardi che soddisfino i nostri bisogni in quel momento della nostra vita. Forse, ad esempio, vuoi lavorare ad una presentazione orale in classe. Oppure vuoi esercitarti a fare telefonate così puoi invitare le ragazze ad uscire. O puoi preferire una balbuzie fluente piuttosto che una fluenza totale. Un buon terapista del linguaggio ti aiuterà a fissare, gradualmente, i tuoi traguardi personali possibili, perché essendo un adolescente sei nella posizione di iniziare a prendere da solo le decisioni riguardanti la tua vita.

La cosa importante da ricordare è che non sei da solo. Puoi sempre trovare un supporto nell’associazione di riferimento – per l’Italia l’AIBACOM – e attraverso essa avere uno scambio di esperienze e di sfogo con chi ha e vive le tue stesse situazioni.

**Parlare della balbuzie in classe**

****

**Perché, quando?**

**Perché dovrei parlare di balbuzie in classe? (In altre parole, “a che mi serve?”)**

Innanzi tutto comprendiamo benissimo che pensando a questa idea, essa può apparirti temibile o quanto meno “strana”. Prova però a rivolgere a te stesso queste domande: qualcuno ti ha mai rivolto sguardi curiosi mentre balbetti? O guardi sorpresi, o strani? Dei ragazzi – a scuola, praticando sport, giocando – ti hanno mai chiesto perché “parli così”? Queste persone, semplicemente, non conoscono la balbuzie. Essi non capiscono che cosa succede, né comprendono come le loro reazioni possono farti sentire, darti fastidio, crearti imbarazzo... Altri alunni e studenti che hanno parlato ai loro compagni di classe della balbuzie hanno scoperto che quando gli altri la conoscono, automaticamente la presa in giro e l’imitazione non si verificano così tanto, anzi spesso scompaiono. Questo è già importante ed è inoltre il premio per essere riuscito a dire quel che avevi deciso dire. Sarà un po’ come “rompere il ghiaccio” tra te e i compagni.

**Quando potrei avere questo tipo di discussione?**

Quando altri ti pongono domande sul tuo modo di parlare, per esempio. Oppure quando ti senti un po’ buffo nell’usare in classe le “tecniche” di linguaggio imparate in terapia.

O ancora quando devi leggere o parlare in classe e ti senti un po’ agitato. O magari se sei stufo di “far finta di nulla”...

Ogni volta che ti senti pronto, insomma!

**La presentazione della balbuzie**

**Idee per bambini e adolescenti.**

Tu sei l’esperto di balbuzie. Ciò che tu sai e ciò che provi può aiutare altri a capire...

Tu e il tuo terapista del linguaggio siete degli esperti in materia. Gli “altri”, gli insegnanti e i compagni, non ne sanno nulla. Tu hai le conoscenze e la capacità di informarli. Pensaci. Questo è importante, perché le persone informate non prendono in giro gli altri, né si meravigliano, né fanno domande strane. Anzi, ti stimeranno ancora di più per la tua franchezza e il tuo “coraggio”.

Nascondere la balbuzie e non parlarne può in realtà peggiorare le cose. Far finta che questa difficoltà non esista ci porta a volte a comportamenti strani. Come se tentassimo di nascondere una caviglia gonfia cercando di correre o giocare a pallone come gli altri. Sembreremmo goffi, naturalmente. Inoltre nascondere la balbuzie può farti sentire spaventato e può rendere più difficile utilizzare le tue “tecniche” di linguaggio. Parlarne ti renderà più sicuro e più libero.

Una presentazione in classe può essere come tu decidi che sia! Tu sei il “quello che sa”, sei quello che può scegliere le parole giuste, sei quello che saprà dimostrare di essere proprio un tipo in gamba!

Il tuo terapista del linguaggio può preparare una lettera che l’insegnante potrebbe leggere in classe: racconterebbe ciò che fa per aiutare bambini e adolescenti con difficoltà di balbuzie. Potresti scoprire che altri alunni o studenti nella tua classe hanno seguito anche loro una terapia del linguaggio, magari per una difficoltà diversa dalla tua. Questa discussione può portare alla tua esposizione sulla balbuzie.

Puoi essere coinvolto quando e quanto tu desideri esserlo. Tu e il tuo terapista del linguaggio potete decidere chi parla in merito a ciascun aspetto della questione, se tu o l’insegnante (ovviamente dipenderà anche dalla tua età: a 6 anni si dicono certe cose, a 17 se ne dicono altre...). Importante è che tu faccia solo ciò che ti va e che ti fa sentire a tuo agio.

**Idee d’esempio per argomenti di discussione**

Parlare ai tuoi compagni di classe della tua balbuzie per la prima volta può sembrare difficile e risultare imbarazzante. Molti di quelli che scrivono le pagine di questo sito lo sanno benissimo per averlo sperimentato anche loro quando andavano a scuola.

Ricorda comunque che tu, da unico esperto di balbuzie in classe, quando avrai terminato, sarai riuscito a fare una cosa grande: informare gli altri su di un argomento che ben pochi conoscono!.

Naturalmente non c’è un unico modo per fare questo, non c’è una regola. Le idee che seguono sono esempi di ciò di cui altri bambini e adolescenti hanno parlato nelle loro presentazioni in classe. Scegli ciò che è più adatto a te e usa la tua immaginazione, la tua intelligenza e le tue esperienze vissute a scuola per elaborare le tue idee. Ogni idea può essere adattata per differenti gruppi d’età, perciò cambiale pure in modo che vengano incontro alle tue esigenze. Soprattutto divertiti, sii te stesso e ricorda che balbettare non è “sbagliato”, non è “una colpa”: è soltanto una nostra caratteristica, oltre tutto modificabile! E ricorda che, alla fine, i tuoi insegnanti e i tuoi compagni ti conosceranno meglio e ti apprezzeranno persino più di prima perché il tuo è, credici, un vero e proprio “atto di coraggio”.

1. **Persone famose che balbettano**
Ci sono molte persone famose, del passato o attuali, che hanno o hanno avuto a che fare con la balbuzie. Ci sono personaggi dello sport, stelle del cinema e poi scrittori, giornalisti, cantanti, uomini d’affari, medici, avvocati politici, preti e persino re. Queste persone hanno avuto successo nonostante la balbuzie. Questo devi assolutamente ricordarlo! A tale proposito si veda la [**Sezione sui balbuzienti famosi**](https://www.balbuzie.it/la-balbuzie/nella-storia).
2. **Realtà e miti**
Molte persone, come dicevamo, non conoscono la balbuzie. Possono aver sentito chiacchiere sul perché alcuni balbettano, come per esempio “perché sono nervosi”, o “perché parlano più velocemente di quanto possano pensare”. Ancora non sappiamo esattamente ciò che causa la balbuzie, ma grandi passi avanti sono stati fatti e tu e i tuoi genitori potrete leggere in merito sul nostro sito. Condividi i fatti e aiuta i tuoi compagni di classe ad apprendere la verità sulla balbuzie.
3. **Le ultime ricerche**
Puoi condividere con i tuoi compagni di classe le ultime ricerche sulla balbuzie. Sul sito AIBACOM puoi trovare molte utili informazioni, come naturalmente su altri importanti siti stranieri ([**Si veda la relativa Sezione**](https://www.balbuzie.it/associazione/link-utili)).
4. **La macchina del linguaggio**
Parlare è una scienza. Puoi divertirti aiutando i tuoi compagni di classe a conoscere come si sviluppa il linguaggio. Magari tu stesso puoi farti aiutare dal tuo terapista. Più i tuoi amici e insegnanti sanno sulla scienza del linguaggio e sulla balbuzie, tanto meno misteriosa questa sembrerà.
5. **Come ci si sente nel balbettare**
I tuoi compagni di classe non sanno come ci si sente nel balbettare. Tu, d’accordo con il tuo terapeuta, puoi mostrar loro differenti tipi di balbuzie e magari farglieli provare, con te come loro guida. Questo può aiutare i tuoi compagni di classe a scoprire che balbettare può far sentire tesi e a disagio, e che non è qualcosa che tu fai per divertirti. Otterrai anche lo scopo di sdrammatizzare e magari anche scherzarci su...
6. **Non c’è una facile soluzione**
Qualche volta la gente prova a dare consigli come “parla piano, rilassati, fai un respiro profondo, ripeti...”. Questo tipo di consigli non serve a niente e la gente non capisce che gestire la balbuzie è molto più complesso. Questa è un’altra informazione importante da dare alla classe.
7. **Che cosa facciamo nelle interrogazioni in classe**
La maggior parte dei tuoi amici probabilmente non sa quali tecniche per la fluenza, strategie o trucchi tu utilizzi nelle interrogazioni in classe. Questa è un’ottima occasione per esemplificare qualcuna delle tecniche che stai imparando a usare.
Proprio quando la classe “sente” quel che è la balbuzie e i mezzi per superarla, puoi anche chiedere ai compagni di provare a usare qualcuna delle tue tecniche. Facendo questo, puoi aiutare i tuoi amici e i tuoi insegnanti a rendersi conto che l’uso di tecniche del linguaggio è faticoso e necessita di allenamento e di tempo. Essi capiranno che non possono aspettarsi che tu ricordi sempre di usare le tecniche.
8. **Non è colpa di nessuno**
Sarà molto importante parlare del fatto che nessuno ha colpa per la tua balbuzie. La gente balbetta non perché è stupida o malata o perché ha fatto qualcosa di sbagliato. Le mamme e i papà non causano la balbuzie, e non è una malattia che puoi prendere. E non è nemmeno colpa tua se balbetti: i tuoi amici hanno bisogno di sapere questo.
9. **Parlare delle prese in giro**
Ognuno nella tua classe è stato probabilmente preso in giro qualche volta. L’insegnante potrebbe chiedere alla classe di condividere le loro esperienze di presa in giro, in modo che possano parlare di come questo li ha fatti sentire. Questo è un ottimo momento per te per parlare di come i ragazzi che balbettano si sentono quando sono presi in giro. Nessuno deve affrontare da solo la presa in giro. Stando uniti, potete aiutarvi l’un l’altro!
10. **Domande e risposte**
Scoprirai che i tuoi compagni di classe e i tuoi insegnanti sono molto interessati alla balbuzie, ma possono essersi sentiti a disagio nel chiederti qualcosa a riguardo, prima. Ora hanno una grande opportunità per chiedere a te qualsiasi domanda hanno in testa. Puoi non avere tutte le risposte, ma la discussione può essere davvero interessante! (magari ti farai aiutare dal tuo terapista per quelle più difficili).
11. **Non dimenticare la merenda!**
Se va bene per il tuo insegnante e il tempo impiegato per presentare la balbuzie è stato molto, potrebbe essere simpatico far merenda durante il momento delle domande e delle risposte.
12. **Cos’altro hai bisogno di sapere?**
Questi sono solo alcuni suggerimenti su come tu e il tuo terapeuta potete concordare delle informazioni sulla balbuzie da dare alla tua classe. Ricorda, fai quel che senti giusto per te e divertiti!
13. **Altre cose interessanti...**
Noi di AIBACOM desideriamo che tu sappia che balbettare non è né ingiusto né sbagliato e che puoi imparare a correggere la balbuzie del tutto o almeno a gestirla e a vivere tranquillamente con essa avendola via via ridotta. I tuoi genitori, i tuoi insegnanti, il tuo terapeuta, i tuoi compagni ed i tuoi amici sono tutti parte della tua squadra di sostegno!

Abbiamo cercato di offrirti informazioni aggiornate e consigli su come fare una presentazione in classe, con la speranza che le idee d’esempio per la discussione che abbiamo esposto ti saranno d’aiuto.

Soprattutto, ricorda che non sei solo nell’affrontare la balbuzie.

Ci piacerebbe avere notizie della tua presentazione alla classe. Ti preghiamo di condividere la tua storia con noi. La pubblicheremo sul nostro sito insieme alle tante altre testimonianza, firmandola come deciderete tu e i tuoi genitori, anche solo col nome di battesimo. Le tue esperienze daranno ad altri il coraggio di provare a loro volta!

**Negli adulti**

****

Secondo i dati della ricerca scientifica “meno storia di balbuzie grava sulla persona, più favorevole è la prognosi”.

Specialmente se a conoscenza di questi risultati, la persona adulta potrebbe rassegnarsi, pensando che per lui è ormai troppo tardi per tentare qualsiasi cosa che lo possa almeno avvicinare alla fluenza.

Aggiungiamo di saper bene che molti hanno già seguito qualche terapia. Sappiamo anche come la balbuzie non sia così facile da correggere o da controllare e come la fluenza non sia così facile da raggiungere o almeno da migliorare. Ma sappiamo tutti che la balbuzie cambia nel tempo e che emozioni e atteggiamenti cambiano anch’essi man mano che si fanno nuove esperienze.

Insomma, se una persona di 30, 40, 50 anni, navigando navigando, è arrivata fino a questa pagina del nostro sito, vuol dire che ancora non ha rinunciato alla speranza...

Invitiamo allora a pensare a quanto suggerisce la legge di natura secondo la quale “quanto più giovani tanto meglio” e quindi anche “quanto meno anziani tanto meglio”.

Una domanda che infatti ci viene posta spesso è: “Alla mia età non sarà troppo tardi per ottenere dei buoni risultati?”. L’esperienza dimostra che non c’è un’età “giusta” per affrontare il disturbo.

È vero che “quanto prima, tanto meglio”, come dicevamo, ma è altrettanto vero che l’età matura comporta una motivazione e una responsabilità particolari, decisive per arrivare a conseguire buoni risultati: le frustrazioni verbali di ieri possono essere l’incentivo per il lavoro di oggi, un “valore aggiunto” insomma. Senza sottovalutare il rischio di poter rimpiangere un giorno ciò che non si è fatto o si è lasciato incompiuto.

**Indicazioni per gli insegnanti**

****

La balbuzie è dura e imbarazzante non solo per lo scolaro o lo studente, ma anche per l’insegnante, specialmente se si trova per la prima volta ad affrontare questa situazione.

In questi casi l’insegnante fa ricorso alla propria esperienza, anche se non specifica, alla propria intelligenza e alla propria sensibilità.

Non sempre però le cose vanno bene: a volte sono i compagni ad essere difficilmente gestibili; altre volte magari è l’insegnante che non agisce nella maniera giusta pensando di far bene.

Desideriamo allora offrire agli insegnanti stessi alcuni suggerimenti, alcuni magari anche scontati, ma che saranno utili a gestire al meglio le varie situazioni che dovessero presentarsi in classe.

Pensiamo che la lettura delle pagine che seguono potrà essere utile anche allo studente e ai suoi genitori.

**Agli insegnanti**

****

È bene che gli insegnanti sappiano alcune notizie sulla balbuzie per potersi adeguatamente regolare in sede di valutazione, di programmazione nonché di scelta degli strumenti di verifica.

[*Dal libro “Qualche volta io balbetto”*]

“Avrete osservato come la balbuzie varia da soggetto a soggetto ed è diversa da momento a momento, a volte anche nello stesso soggetto: per questo motivo è così difficile da gestire. È anche possibile che la balbuzie di quel particolare ragazzo non dia fastidio e non sia un problema per voi, ma è anche possibile che gli altri ragazzi reagiscano alla balbuzie del compagno creando in voi insicurezza sul modo di affrontarla.

Spesso gli insegnanti pongono diverse domande:

* Posso essere d’aiuto?
* Devo far leggere il bambino/ragazzo ad alta voce?
* Dovrei parlare della balbuzie col bambino/ragazzo?
* Potrei discuterne con tutta la classe?
* Dovrei ignorarla?
* Devo guardare il bambino quando balbetta oppure devo distogliere lo sguardo?

Queste sono domande legittime, ma le risposte differiscono a seconda del bambino/ragazzo che balbetta.

Si potrebbe iniziare a chiedergli se è seguito in terapia e mettersi in contatto con la logopedista o con i genitori per consigli specifici che gli permettano di integrarsi nella classe e di affrontare le varie situazioni.

La maggior parte dei bambini e ragazzi che balbettano non amano essere messi in disparte o sentirsi diversi dagli altri, quindi occorre essere sicuri che chi balbetta non riceva trattamenti di favore o sia escluso da attività di classe.

Se la balbuzie è molto grave, è consigliabile prendere in disparte il bambino/ragazzo ed affrontare il problema apertamente.

Alcuni si sentiranno sollevati ed apprezzeranno il gesto, mentre altri rifiuteranno l’argomento: qualsiasi cosa accada, non forzateli e rispettate la loro scelta.

La balbuzie è imbarazzante e dura sia per lui sia per voi, quindi ricordatevi che chi ha questo problema ha bisogno di tutto il sostegno emotivo possibile. Sarà d’aiuto accettare il bambino/ragazzo per quello che è, oltre che ad essere comprensivi ed offrire sostegno, non necessariamente in modo palese. Lui lo percepirà e si sentirà molto più sicuro.

**Qualche suggerimento**

1. È inutile dare al ragazzo alcuni consigli, anche se in apparenza giusti: “parla più piano”, “calmati”, “respira profondamente”... Questi consigli il ragazzo li ha già sentiti – ripetutamente e senza risultati – fin da quando ha iniziato a balbettare. Finirebbero solo per seccarlo e suscitargli addirittura più ansia.
2. Cercate di fargli finire la frase anche se avete intuito la parola che non riesce a dire. Chi balbetta prova fastidio e sofferenza quando qualcuno gli suggerisce una parola. Figuriamoci poi se la parola non è quella che aveva in mente...
3. Concedete al ragazzo il tempo necessario sia nelle interrogazioni che durante i suoi interventi, facendogli anzi presente che nessuno gli mette fretta.
4. Sarebbe anche utile fargli da modello, parlandogli con calma e facendo opportune pause, anche frequenti.
5. Anche i compagni di classe potrebbero essergli di grande aiuto imparando a rispettare i turni e cercando di non “parlarsi addosso”. Questa è oltre tutto una buona regola di una corretta comunicazione.
6. Altra cosa utile: rimandargli un buon feedback, per esempio attraverso un buon contatto oculare e giuste espressioni facciali, per fargli capire che si sta prestando attenzione a cosa dice e non a come lo dice.
7. Aiutare il bambino o il ragazzo a parlare liberamente e senza vergogna della sua balbuzie, magari sollecitando qualche compagno a parlare di un loro problema: obesità, miopia, ecc.

**Situazioni che disturbano la fluenza**

[*Da: Julie Mazzucca-Peter, speech therapist, Metropolitan School Board, Toronto – Traduzione, revisione e adattamento a cura dell’AIBACOM ONLUS*]

1. Perdita di attenzione da parte dell’ascoltatore: se la sua attenzione viene meno, l’alunno continuerà a ripetere la parola fino a quando l’attenzione verrà ristabilita. Ascoltate quindi con attenzione.
2. Interruzioni: a tutti noi dà fastidio essere interrotti di continuo quando parliamo. Fate finire di parlare senza interrompere.
3. Molte persone diventano disfluenti quando devono lottare per avere il tempo di parlare: date a tutti l’opportunità di parlare, non soltanto ai più loquaci.
4. Pressione temporale: la disfluenza aumenta quando si parla più velocemente. Quindi è bene non mettere fretta all’alunno che balbetta. Compiti da eseguire velocemente e interrogazioni fatte in modo incalzante, esercitano troppa pressione e creano disagio. È sempre bene parlare il più possibile con calma e senza fretta.
5. Parlare davanti a tutti: tener conto che il bambino e il ragazzo che balbettano hanno maggiori difficoltà a parlare davanti a numerose persone.
6. Richiesta di parlare: domande improvvise o inattese possono accrescere le esitazioni. Evitate di fare domande del tipo: “Cosa pensi di fare?” o di far raccontare un’esperienza spiacevole o magari di far confessare una “verità” specie se ne siete già al corrente.
7. Emozioni: paura, dolore, rabbia, umiliazione e frustrazione possono causare difficoltà nel parlare. Non incoraggiate il bambino a parlare mentre è in preda a questi stati d’animo. Potete dimostrare che capite dando voce voi stessi a questi sentimenti. (“Quel rumore ti ha spaventato”, “Ti sei arrabbiato per questo o quel motivo”, ecc.).
8. Eccitazione: cercate di evitare l’eccessiva stimolazione quando non è necessaria. Sarà di grande aiuto un ambiente scolastico calmo e tranquillo.

Ovviamente molti di questi suggerimenti sono scontati: la sensibilità, il buon senso e l’esperienza dell’insegnante saranno di grande aiuto nel gestire i momenti di tensione e di difficoltà del bambino o del ragazzo che balbetta, sia durante le interrogazioni, sia nei momenti critici nel rapporto con i compagni di classe.

**Gli insegnanti possono essere di grande aiuto per i bambini che balbettano!**

****

*Questo articolo è stato tradotto e adattato alla situazione italiana dai siti esteri che sono elencati nella*[***relativa Sezione***](https://www.balbuzie.it/associazione/link-utili)*.*

Tutte le associazioni considerano fondamentale il ruolo che gli insegnanti e gli altri educatori possono svolgere nel “plasmare” la vita dei bambini.

Spesso riceviamo chiamate o lettere da parte di insegnanti che non sono sicuri su come aiutare i bambini che balbettano.

Chiaramente tutti i bambini traggono grandi benefici quando i loro insegnanti li capiscono e danno loro supporto. Ma per i bambini che balbettano questo è particolarmente importante a causa delle difficoltà particolari che possono avere quando interagiscono con i loro coetanei.

Per questo motivo siamo a disposizione per aiutare gli insegnanti – non solo con consigli ma anche eventualmente organizzando con le scuole brevi corsi di formazione – a sentirsi più sicuri della loro capacità di aiutare i bambini che balbettano. Gli insegnanti potranno intanto, su questo sito, saperne di più su ciò che la balbuzie è e non è, sugli obiettivi della terapia per i bambini in età scolare e in che modo possano aiutare gli alunni a comunicare in modo più efficace in classe.

**L’aiuto ai bambini che balbettano**

Gran parte delle risate che la balbuzie suscita, proviene dalla disinformazione e dalla mancanza di comprensione. Di conseguenza, spiegare la balbuzie ai bambini in classe può aiutare a comprendere quello che sta succedendo quando un loro compagno balbetta. Il bambino balbuziente può essere la fonte primaria di queste informazioni.

Anche se può sembrare un gesto “buono” evitare al bambino di parlare o di leggere ad alta voce in classe, di fatto ciò non è assolutamente utile per lui. I bambini che balbettano vogliono essere trattati come tutti gli altri, ma non vogliono essere messi in una situazione in cui saranno in imbarazzo, in cui li si tratti con compassione, da “diversi”.

I bambini che hanno iniziato una terapia per la balbuzie hanno bisogno di esperienze “sul campo” per mettere in pratica le loro “prove di fluenza”.

Lo scopo più importante è quello di sperimentare il raggiungimento di livelli via via sempre più ottimali di fluenza in situazioni sempre più impegnative. Di conseguenza, gli insegnanti dovranno essere sensibili al grado di sfida (o meglio alle opportunità) che una specifica situazione presenta.

Parte del lavoro nella terapia sulla fluenza è rappresentato dal delineare una gerarchia di obiettivi per ogni singolo bambino.

Sarebbe quindi importante una “alleanza” tra insegnante e terapeuta per definire il modo migliore con cui coinvolgere il bambino che balbetta nel lavoro di classe; questo approccio di squadra è in grado di fornire una soluzione reciprocamente vantaggiosa sia alla vita scolastica del il bambino che alla terapia stessa.

**Come gestire le situazioni in cui il bambino parla in classe**

Come insegnate puoi avere una grande influenza su un bambino che vive il “grande viaggio” attraverso gli anni della scuola. Il tuo lavoro è di vitale importanza quanto difficile.

Di seguito sono riportati alcuni consigli, provenienti da altri insegnanti, che possono risultare utili nella gestione quotidiana di una classe in cui c’è un bambino che balbetta. La tua conoscenza di questo bambino, la tua esperienza professionale e la tua sensibilità saranno comunque la tua migliore guida nello scegliere la migliore “linea d'azione".

1. Durante le discussioni in classe, è importante consentire un tempo maggiore per gli interventi e incoraggiare tutti a contribuire con le loro idee.
2. La lettura ad alta voce è una situazione che può aumentare l'ansia se il bambino che balbetta deve attendere il proprio turno quando l’ordine di chi legge è dato dalla posizione del bambino all’interno della classe.
Per ridurre al minimo questa ansia, si può decidere di stabilire il turno di lettura in modo casuale.
3. Durante l’interazione di gruppo, si deve verificare la quantità di collaborazione che si genera verso il bambino che balbetta e, se possibile, è opportuno inserire il bambino in un gruppo i cui componenti sono caratterialmente più pazienti in modo che gli permettano di contribuire alla discussione in maniera paritetica.
4. Quando è il momento di rispondere alle domande, gli insegnanti possono aiutare il bambino che balbetta non sollecitando la tempestività di chi si propone per primo a rispondere. Degli accorgimenti utili in queste situazione sono: la gestione delle risposte a turno, selezionando in modo casuale i bambini che rispondono e dando il dovuto tempo per pensare.
5. Le esposizioni orali in Aula potrebbero comportare problemi per i bambini che balbettano (così come altri bambini nella classe). E 'importante un approccio realistico a queste presentazioni pianificandole in modo da supportare le esigenze del bambino che balbetta. La flessibilità può essere necessaria a volte, ma è importante soprattutto dare l’opportunità al bambino di dare contributi significativi e gratificanti in aula.
6. Domande dai coetanei: Come faccio a gestirle? La migliore risposta può venire solo dal bambino stesso o da chi conosce meglio il bambino. E’ importante parlare da soli con il bambino che balbetta e chiedere come lui o lei vorrebbe gestire queste situazioni quando capitano, in modo da definire una strategia condivisa ed efficace.

Per ulteriore sopporto si può far riferimento alla guida “Presentazione della balbuzie in classe”, nella stessa sezione di questo sito, progettata per aiutare i tuoi studenti a diminuire l’ansia e a superare la paura di parlare in classe; è inoltre utile su come informare i compagni di classe sul tema della balbuzie.