

Un diálogo entre tartamudos¹

El siguiente escrito está dedicado a todos aquellos tartamudos que, de alguna manera, buscan orientaciones de carácter general para salir del laberinto en el que posiblemente se encuentran. Seleccionamos los siguientes aspectos de interés:

1-. En primer lugar señalamos que, aparte de estas orientaciones generales, cada persona que tartamudea necesita otras sugerencias de carácter más individual, que se ajusten a sus necesidades, si bien éstas deben estar en consonancia con las que ahora exponemos. Somos conscientes de que orientar a todo un colectivo es un ejercicio de imprudencia, por lo que precisa de la siguiente matización. Estas orientaciones van dirigidas principalmente a la población adulta, entendiendo por tal la que sobrepasa los 25 años, que ha asistido a clínicos de diversa índole, sintiéndose ciertamente desengañado por éstos y las terapias de las que ha sido objeto. Es decir, "para los que ya lo han probado todo" y siguen tartamudeando, sintiéndose además culpables y avergonzados.

El primer fantasma a combatir es la búsqueda de fluidez. Prácticamente todos los tartamudos darían su alma al diablo a cambio de fluidez. Estimamos que la búsqueda de fluidez no debe ser el objetivo de quien padece tartamudez porque ésta es esquiva, recalcitrante y siempre ataca a sus víctimas por la espalda, como el tigre. Proponerse *ganar fluidez* es un error que se paga muy caro; aún después de temporadas de mejoría, la fluidez sigue siendo una impostación, un habla postiza que puede desaparecer, porque no pertenece a quien lo porta.

Por tanto, debemos procurar aparcar la necesidad de fluidez en la periferia de nuestro laberinto, sabiendo que es un anzuelo que siempre se nos antoja caprichoso.

Pero ¿por qué es tan difícil olvidarse de ella? La fluidez es el premio social, el reconocimiento público, la normalización social. La sociedad exige *hablar bien*, estigmatizando a quien no satisface este requerimiento. De ahí el peso que tiene en el colectivo de tartamudos. Es una necesidad fundamentalmente social, y sólo secundariamente, individual. La sociedad no tolera la diversidad. De hecho, las terapias logopédicas y foniátricas *oficiales y oficiosas* persiguen la fluidez, *por encima de todo*, al margen de los sentimientos y actitudes del *paciente*.

¹ Este documento ha sido elaborado por miembros del GATA (Grupo de Autoayuda de Tartamudos de Asturias), con motivo del día 22 de Octubre, Día Internacional del Conocimiento de la Tartamudez. Página web es: <http://es.geocities.com/gatastur>

Sin embargo, entendemos que no se puede vivir al margen de la sociedad. En una lucha sin cuartel, el individuo es débil y la sociedad es fuerte. El individuo, al inscribirse en su grupo social, interioriza normas básicas que le constituyen. Vivir totalmente al margen de la fluidez exige un descomunal esfuerzo cotidiano. Ímprobos esfuerzos condenados al fracaso. Entendemos que los tartamudos deben domesticar la necesidad de fluidez, procurando relegarla a un segundo plano o quizás a un último plano. En definitiva, si bien la fluidez no debe obsesionar, tampoco debemos mofarnos de ella.

2-. Paralelamente al proceso anterior, la persona que tartamudea no debe renunciar a sus objetivos vitales. La tartamudez produce muchos sentimientos indeseables como la humillación, la culpabilidad, la inutilidad...; sentimientos que trastornan y a veces paralizan la vida cotidiana. Si el tartamudo zozobra y se dobliga a ellos, la tartamudez se enrosca aún más en él, conquistando nuevos terrenos. Si bien no podemos -ni recomendamos- controlar la fluidez, sí es posible adoptar una *actitud* de lucha paciente contra los sentimientos que la tartamudez genera. Actitud que se traduce en un *modus vivendi*. La vida cotidiana ofrece multitud de situaciones en las que es necesario *valerse por sí mismo*. No se debe renunciar a pedir el pan en la panadería, llamar a un restaurante para solicitar mesa, ver la película que realmente queremos, cortejar a una chica si ese es nuestro deseo, organizar un evento social...; necesitamos adoptar una actitud *decidida* que nos permita vivir dignamente.

Vivir en sociedad exige *hablar* todos los días con muchas personas en innumerables encuentros, algunos de ellos totalmente imprevisibles. Por tanto, debemos levantar un muro que contenga los sentimientos dolorosos que la tartamudez provoca.

Pero de la misma forma que no recomendamos vivir al margen de la fluidez, tampoco aconsejamos una actitud *heroica*, de lucha permanente, contra los sentimientos que tanto nos dañan. La única posibilidad es la negociación. A veces sí podemos claudicar y sentir cómo la vergüenza se apodera de nuestro cuerpo; a veces sí es necesario llorar por no ser capaces de solventar satisfactoriamente una exigencia social o personal. Son concesiones parciales.

Ahora bien, estos sentimientos instantáneos o pasajeros no deben instalarse y convertirse en compañeros de laberinto: el llanto, la angustia o el dolor forman parte de la negrura del laberinto. Negar esta realidad significa ceguera permanente.

Por tanto, debemos negociar con nosotros mismos, con nuestros sentimientos, ocurrencias y deseos, siempre y cuando no claudiquemos del *modus vivendi* propuesto, que bien pudiéramos definir como una actitud de fuerza o de valor cotidiano.

3-. ¿Cómo levantar un muro contra los sentimientos indeseables derivados de la tartamudez?. Sin entrar a valorar las estrategias que la psicología proporciona, como la reestructuración cognitiva, la desensibilización sistemática u otras tantas, proponemos otras que bien pudieran completar las anteriores. En concreto,

proponemos conquistar el espacio social que se ha perdido, mediante la responsabilidad social. Entendemos que las personas que tartamudean tropiezan dolorosamente en los encuentros sociales, por lo que rehuyen de los mismos, como es natural. La persona que tartamudea debe tomar *la iniciativa social*, adquiriendo responsabilidades públicas en su entorno más inmediato. Dependiendo del contexto personal de cada tartamudo, esta propuesta se concreta de una forma u otra. Supongamos un chico tartamudo de 30 años de edad, sin empleo y con novia. En su caso, la responsabilidad social consistiría en organizar encuentros de amigos, proponerse de coordinador de algún grupo de autoayuda, participar -preguntando cuantas veces sean necesarias- en cursos de preparación para el empleo, asistir a entrevistas de trabajo, promover encuentros familiares y no tan familiares...; las posibilidades son inagotables.

Quien teme el encuentro social debe organizarlo. En tanto que actitud vital, la responsabilidad social permite reconquistar el espacio perdido. La tartamudez se combate haciéndola frente.

4-. Al igual que otros individuos estigmatizados y de alguna manera marcados por la sociedad, los tartamudos vivimos ciertamente aislados, con el agravante de que nuestro estigma se deriva precisamente de la incomunicación o comunicación defectuosa. Exigir responsabilidad social a quien esquivo la comunicación parece una propuesta cuando menos, indecorosa.

En cualquier caso, los tartamudos que sufren por los sentimientos ya mencionados, y cuyas pretensiones consisten en reconquistar el dominio social mediante la *responsabilidad pública*, necesitan ayuda. Sin menospreciar otras posibilidades, nos inclinamos -por experiencia y vocación- por la ayuda mutua, es decir, la ayuda proporcionada por aquellos que se encuentran en idéntica situación. Codo a codo, los tartamudos pueden recuperar lo que les pertenece. Los grupos de autoayuda brindan esta posibilidad. El camino compartido siempre será más fácil.

Los grupos de autoayuda ofrecen la estructura discursiva y sentimental útil para advertir de los daños personales y sociales que la tartamudez produce, compartir sentimientos indeseables, reconstruir la identidad social y establecer vínculos afectivos que contribuyan a adoptar nuevas actitudes. En definitiva, los grupos de autoayuda son un escenario ideal para la *catarsis* colectiva. *Catarsis* necesaria para quien pretende reconquistar el espacio social.

5-. Paralelamente a la participación en los grupos de autoayuda, recomendamos lo que metafóricamente se entiende en el ámbito homosexual como *la salida del armario*. Expresión perfectamente válida no solo para los tartamudos sino para cualquier otro colectivo estigmatizado. En general, la salida del armario consiste en aceptar *activamente* el hecho de ser tartamudo. Aceptación que se traduce en comentar y conversar acerca de la tartamudez con los más cercanos, al principio, para posteriormente extenderlo a amigos, compañeros de trabajo y a cuantas situaciones

se tercié o proceda, siempre guiados por el don de la oportunidad. Al pertenecer la tartamudez al ámbito íntimo, entendemos que no debe ser de dominio público, lo que significa no *confesarlo* a desconocidos, salvo en ocasiones límite como un chiste sobre tartamudos o cualquier otro abuso.

Las palabras tartamudo y tartamudez son términos que en nuestra sociedad son usados con cierto desprecio, mofa y desconocimiento. Es labor del propio tartamudo tratar de dignificar estas palabras profundizando en su conocimiento y tratando de demostrar a la sociedad que detrás de ellas hay una persona que sufre involuntariamente. Los grupos de autoayuda se convierten en el trampolín ideal para que el tartamudo dé a conocer a la sociedad lo que es la tartamudez y lo que significa ser tartamudo

La salida del armario es un paso necesario para quien quiere librarse de las ataduras inherentes a la vida dentro de él. Tartamudos que han dado el paso conciben esta salida como el primer escalafón hacia la libertad; no se puede ser libre dentro del armario, trastornado por el silencio y avergonzado por la evidencia.

Estos tartamudos reconocen que la participación en los grupos de autoayuda facilitó *decisivamente* la salida del armario.

6-. Por último, exponemos una última posibilidad que, si bien aún no la hemos desarrollado ni teórica ni experimentalmente, intuimos sus bondades. En aras de adquirir habilidades de comunicación, proponemos la participación en grupos de habla pública o toastmaster. Si bien numerosos *fluidos* presentan miedo escénico o miedo a hablar en público, posiblemente todos los tartamudos se paralizan ante la idea de hablar en público durante unos minutos. Solo la exposición al miedo nos libra de él.

El último congreso mundial de tartamudez, reunido en Australia en febrero de 2004, propuso el toastmaster como una estrategia de afrontamiento de la tartamudez, obteniendo buenos resultados entre los tartamudos asistentes. Entendemos que el contexto de cada grupo ha de ser tenido en cuenta para adaptar las normas generales del toastmaster. Una vez más, codo a codo, reunidos en grupos, los tartamudos han de decidir cómo adaptarse al toastmaster y cómo aplicarlo a sus circunstancias.

Si el toastmaster ha sido y es muy útil para el colectivo de fluidos, ¿por qué no va a serlo para los tartamudos? ¿Acaso somos tan diferentes?

Firmado: *GATA (Grupo de Autoayuda de Tartamudos de Asturias)*