

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Capítulo 12.

Modificación.

Por fin estamos preparados para trabajar directamente en las respuestas anormales del tartamudo al miedo o la percepción de la fluidez interrumpida. Buscamos enseñar al tartamudo que es posible tartamudear y aun así ser muy fluido. Queremos que aprenda que no es necesario entregarse desesperadamente a la lucha o la evitación sin propósito cuando anticipa una dificultad o se encuentra bloqueado o repitiendo. Queremos que se dé cuenta que puede cambiar sus antiguas reacciones maladaptativas por otras más adaptativas, que es el responsable del tipo de tartamudez que exhibe, y que hay mejores maneras de tartamudear que aquellas que le han tiranizado en el pasado. Mantenemos ante él la visión de que es posible tartamudear fluidamente y que si aprende a hacerlo, no habrá más necesidad de miedo ni de evitar hablar. Insistimos en que puede aprender a hablar sin forzar ni luchar y que cuando lo haga conocerá poca frustración y poco rechazo de los oyentes. Le recordamos que a estas alturas ya ha coleccionado una buena muestra de estos tartamudeos no forzados. Es la hora de aprender a usarlos deliberadamente.

Para muchos terapeutas y tartamudos esta visión de que el tartamudo debe aprender a tartamudear parece muy extraña. Quizá debamos permitirnos para ilustrarla la inclusión de una anécdota personal que marcó la vida entera de este autor. Una vez, haciendo auto-stop en una carretera secundaria cerca de Rhinelander, Wisconsin, este autor fue recogido por un hombre viejo en un coche viejo. Aunque el tipo era muy fluido y parlanchín, hablaba de una manera peculiar con muchas pequeñas prolongaciones en los primeros sonidos de su habla, habló del tiempo y esas cosas. Finalmente terminó su monólogo y preguntó a este autor un aluvión de preguntas juntas. Recordamos tartamudear terriblemente al intentar contestarlas, incluso contorsionarnos dentro del coche. El hombre viejo comenzó a reírse a grandes carcajadas interminables. Casi le pegamos. Al final, dándose cuenta de nuestra rabia, paró de reír y dijo: “Hazlo fácil, hijo. Hazlo fácil. Sé lo que es tartamudear como tú. Por eso me reía. Es una locura tartamudear como lo haces pero cuando era joven yo escupía y sacudía y tartamudeaba de la misma manera que tú. ¡Pero ya no más! Soy demasiado viejo y estoy demasiado cansado de tartamudear duramente así que no lo hago. Simplemente tartamudeo, y les dejo a los tartamudeos escaparse.” Durante el resto del camino y horas después, este autor vivió un momento de revelación. Toda su vida había intentado hablar sin tartamudez, y cuanto más lo intentaba, peor hablaba. El hombre viejo había encontrado por casualidad la manera de tartamudear sin lucha. Era increíble, pero era posible tartamudear y aun así ser muy fluido. Ahora, cincuenta años después, recordamos vívidamente la escena, aquel flash de luz en medio de las tinieblas de la desesperación. Y recordamos nuestra promesa de no esperar hasta que fuéramos demasiado viejos y estuviéramos demasiado cansados. Empezaríamos de inmediato a intentar aprender la manera de tartamudear de aquel hombre —e incluso a mejorarla. Esto es lo que hemos

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

hecho. Sabemos personalmente y profesionalmente que es posible aprender a tartamudear con un mínimo de interrupción y anormalidad, y que cuando el tartamudo aprende eso, muchos de sus problemas desaparecen.

Esto no quiere decir que la tarea sea fácil. Los comportamientos de evitación y escape adquiridos por los tartamudos en el curso de tantos años no se extinguen fácilmente. Ninguna terapia de fichas cambiará eso. Hemos descubierto que se necesita un ataque concentrado en todos los frentes, un empuje total. No solo debemos decondicionar viejas respuestas aprendidas: también debemos cambiar la manera como el tartamudo se perciba a sí mismo y a los otros; debemos ayudarle a revisar las estrategias con las que maneja la amenaza y la experiencia de la comunicación rota; debemos alterar sus actitudes y su manera de pensar. El tartamudo debe ser cambiado, así como la tartamudez. Este conjunto de “deberes” parece una demanda tan increíble que una terapia exitosa con un tartamudo adulto parecería cosa imposible. No obstante nosotros, como otros terapeutas, hemos tenido éxito con muchos de estos individuos quizá solo porque estos tartamudos llegaron a nosotros buscando desesperadamente un remedio a la tiranía de sus miedos y frustraciones. Si se les da media oportunidad, el cuerpo, la mente y el alma sanarán por sí mismos. En cada uno de nosotros, no importa lo mal que estemos, siempre existe un potencial favorable al cambio. Cambiarse a sí mismo es duro pero es más fácil que intentar cambiar al resto del mundo. Dado un terapeuta que ansía ayudar y sabe como hacerlo, incluso los obstáculos más formidables al cambio pueden ser superados por un tartamudo determinado a hacerlo y un terapeuta dedicado a ello.

Variación.

En esta fase de la secuencia de terapia de tartamudez, el sello es el *cambio*. De alguna manera debemos ayudar a nuestros tartamudos a librarse de sus estereotipados patrones de comportamiento. Miedo, frustración, vergüenza, hostilidad, cuatro sombras que siguen al tartamudo allá donde va, tienden a crear coacciones y esto produce una constante limitación a la libertad de elección. Cualquiera que haya trabajado intensivamente con muchos adultos tartamudos reconocerá el cuadro. Para protegerse, los tartamudos caminan con extremo cuidado a través del campo de minas del mundo comunicativo. A medida que los años van pasando, la inhibición constante y la excesiva vigilancia resultan en una mengua progresiva de su repertorio de respuestas a una amplia variedad de estímulos. Pocos adultos tartamudos saben cuantas opciones poseen realmente. Durante años han vivido vidas restringidas, prisioneros en las defensas que han construido para defenderse de la amenaza y el dolor. Estas restricciones afectan no solo al habla de los tartamudos, sino también a sus pensamientos, actitudes, y relaciones interpersonales. De alguna manera debemos desenraizarlos, para que sepan cuantas elecciones tienen realmente.

Por desgracia, tanto para el terapeuta como para su cliente, parece haber una reluctancia interior al cambio. Neale Millar (1964) dice, “una de las más alucinantes características de la personalidad humana es su habilidad para mantener lo que podría

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

describirse como homeóstasis psicológica, a pesar de las vicisitudes.” Nos aferramos a lo familiar incluso aunque sea desagradable. De alguna manera este demonio parece menos amenazante que otros desconocidos. Nuestros tartamudos son miserables, pero conocen su miseria y han sido capaces de cultivarla. Cuando formulamos la terapia como la exploración de nuevas formas de pensar, sentir y comportarse, encontramos no solo la demora de la inercia, sino también, a menudo, oposición activa. Eric Hoffer escribe “creo que a nadie le gusta la novedad realmente. Tenemos miedo de ella. No es solo lo que Dostoievsky dijo ‘dar un paso, pronunciar una palabra, eso es lo que la gente teme más.’ Incluso en las cosas nimias la experiencia de lo nuevo se presenta raramente sin algo de presentimiento conmovedor.”

Otra fuente de resistencia al cambio reside en el principio de Huygen —un sistema reacciona a la disrupción de manera que esa disrupción sea minimizada. Esta antigua visión homeostática encuentra su representación moderna en la *teoría de la congruencia* (Osgood y Tanenbaum, 1955) y en la formulación de la *disonancia cognitiva* de Festinger (1957). Básicamente, estas posiciones afirman que las creencias de una persona sobre sí misma y su mundo están organizadas en un sistema consistente. Su comportamiento debe ser congruente con sus creencias, y la consistencia es el pegamento que mantiene el sistema unido. Cada tartamudo tiene su propio sistema de creencias sobre sí mismo. Por ejemplo, una puede ser que debe protegerse constantemente de los peligros verbales; otra, que no puede coger el teléfono; otra, que es impotente o cobarde. Por muy desagradables que sean estas auto-definiciones, al menos forman un sistema consistente. Como escribió Shakespeare, “¡Pobre cosa, pero mía!” En el tartamudo adulto, el desorden permea todo su ser. Se construye a sí mismo, su sistema de creencias y sus actitudes sociales alrededor del mismo. Cualquier amenaza a ese sistema, cualquier invitación al cambio que cree disonancia o incongruencia es por tanto rechazado.

De acuerdo con ello, nosotros empezamos no tratando inmediatamente de modificar el comportamiento tartamudo en sí mismo, sino intentando introducir algunos modestos cambios en el modo de vida habitual del tartamudo. El objetivo básico de esta fase de la terapia es la variabilidad. En las entrevistas individuales con el tartamudo discutimos la manera y racionalidad de explorar y experimentar con nuevas maneras (no necesariamente mejores maneras) de comportarse, pensar y sentir y después le invitamos a formular asignaciones específicas con las que implementar esos cambios.

La exploración de sí mismo.

El objetivo de estas primeras asignaciones está diseñado para ayudar al tartamudo a reconocer la manera como se comportan característicamente, identificar los patrones idiosincrásicos de su pensamiento, sentimiento, y actuación que contienen sus identidades y estilos de vida. Entre las experiencias que antes han designado, llevado a cabo e informado, ya ha habido algo de esto. Se han mirado a un espejo en silencio durante una hora —una experiencia de revelación devastadora— y lo han vuelto a experimentar verbalizando

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

comentarios sobre sí mismos. Han visto videos en los que salen ellos mismos sentados, caminando, hablando, comiendo, leyendo un libro. Han grabado sus autobiografías, las han escuchado no una vez, sino varias, añadiendo comentarios adicionales en otra grabación. Han explorado sus hábitos, sus ritmos diurnos, escrutado como comen, duermen, se peinan, incluso como son y actúan cuando se emborrachan. Han coleccionado sus pensamientos negativos y sus desagradables memorias recurrentes. Han estudiado sus posturas habituales, su respuesta a la interrupción y la demanda. Han explorado sus comportamientos mientras interpretan diversos roles. En esta enumeración hemos dado solo un pequeño vistazo de la variedad de tareas diseñadas por diferentes tartamudos y es obvio que su planificación e informes suponen un útil vehículo para la psicoterapia. No obstante, nuestro mayor afán en este momento es dotar al tartamudo de un auto-análisis de las cosas que pueda cambiar. Si queremos hacer algunos cambios, debemos ser capaces de saber lo que podemos cambiar.

Cambiando comportamientos.

El siguiente conjunto de experiencias terapéuticas son aquellas en las que el tartamudo *varía* deliberadamente los patrones habituales con los que previamente se ha identificado. A estas tareas auto-asignadas las llaman “rompedoras de raíces.” Un grupo de estas asignaciones tiene que ver con cambiar alguna faceta de la imagen corporal. Así algunos tartamudos se han dejado barba, cambiado su manera de vestir, comprado y llevado sombreros, corbatas que normalmente no llevarían. Algunos han cambiado la manera de caminar; han alterado posturas normales del cuerpo. Asumiendo expresiones faciales diferentes durante una mañana o dos, han explorado su propia respuesta y las de los otros ante el cambio. Otras tareas les cambiaban los gestos, el tono de la voz, nuevas inflexiones. (Un tartamudo descubrió 16 maneras diferentes de levantarse de la cama.) Probaron nuevas comidas, conocieron a otras personas. Buscando patrones distintos de vida, exploraron nuevas actividades; visitaron lugares en los que nunca antes habían estado; tomaron nuevas rutas desde y hacia la clínica. Silbaron al caminar, ocasionalmente se ponían a cantar y, como dijo uno de ellos “el que se pregunte por qué, que se vaya al infierno.” Sorprendieron a sus amigos —y a sí mismos.

Role playing.

En el cambio efectivo, una de las herramientas más importantes del terapeuta es la interpretación de papeles (role playing). Janis y King (1954), Harvey y Beverly (1961), y Janis y Gilmore (1965) han demostrado que la interpretación de papeles puede alterar significativamente las *actitudes* de la persona que asume el papel y, como las actitudes tienden a influir en el comportamiento, el role playing debería ser una útil herramienta para el clínico. Otras investigaciones (Wolpe, 1958; Sturm 1965; Lazarus, 1966) han demostrado que el role playing, llamado por Lazarus *ensayos de comportamiento*, (1963), puede de hecho cambiar el patrón característico de comportamiento. Los terapeutas del habla han usado estos métodos durante muchos años. En otro artículo, Lazarus (1965)

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

describe como entrena a sus pacientes en este ensayo comportamental, un procedimiento remarcablemente similar al nuestro:

En este método el paciente y el terapeuta interpretan varias escenas que evocan dificultades de asertividad para el paciente... expresar desacuerdos en negociaciones sociales con amigos, pedir un favor, llamarle la atención a un subordinado en el trabajo, contradecir un colega, rehusar acceder a una petición irracional, pedir un aumento de sueldo, criticar el atuendo de su padre, cuestionar los valores de su padre, y así sucesivamente. Comenzando con la situación menos demandante, cada escena fue sistemáticamente ensayada hasta que los problemas encontrados fueron satisfactoriamente representados por el paciente y el terapeuta. El terapeuta habitualmente interpreta las personas significantes en la vida del paciente de acuerdo con la descripción de este último. El papel del paciente es moldeado, en términos de un criticismo constructivo, por el terapeuta, el cual asume su papel y representa las respuestas deseables.

En las reuniones de grupo durante esta fase, se animó a los pacientes al role playing y a menudo llevamos a cabo psicodramas en los que los tartamudos dirigían la escena. La mayoría de ellos tenían que ver con antiguas experiencias traumáticas o situaciones difíciles que ellos anticipaban. Uno de los últimos, que recordamos vivamente, consistía en que el tartamudo pedía a su futuro suegro que dejara a su hija casarse con él. Otro ensayó pedirle a su jefe un aumento de sueldo. En este estadio de la terapia, contamos incluso con la ayuda de actores profesionales que ayudaban a los tartamudos a ponerse en situación. Un grupo invitó a un instructor a que les enseñara danza moderna, de manera que los tartamudos pudieran aprender nuevos movimientos. Los tartamudos también observaban a extraños en diferentes situaciones e imitaban su comportamiento delante del grupo. Jugaban a “¿Quién soy?” e incluso caricaturizaban al terapeuta, a otros colegas, o a sí mismos. La terapia de descarga cinética de Trojan (1965), en la que el tartamudo actúa y verbaliza sus sentimientos básicos hacia las personas significativas de su presente y pasado, demostró ser muy valiosa en este estadio. En este role playing experimental, algunos tartamudos sobreactuaron, caricaturizaron burlescamente para escapar de la identificación real e insistieron en interpretar solo aquellos roles que les permitían hacer esto. Otros rechazaron de principio el procedimiento. Algunos interpretaban muy superficialmente. Estas reacciones, por supuesto, reflejan la resistencia al cambio que todos tenemos. Como pasa con los zapatos nuevos, los roles nuevos no son muy cómodos al principio. Truax y Carkhuff (1967) describen su encuentro con estos problemas en su intento de entrenar a psicoterapeutas profesionales con role playing y dicen que esas dificultades suelen ser temporales. La mayoría de nuestros clientes se las arreglaron para superar su resistencia a este tipo de cambio, aunque a menudo tuvimos que ayudarles estableciendo una jerarquía de roles que incrementara su tolerancia. Siempre hay costes que pagar cuando se adopta un nuevo rol. Thibaut y Kelley (1959) declaran en este sentido: “Parece lógico que ninguna persona debe interpretar un rol que sobrecargue sus capacidades motoras o de percepción. Esto es en última instancia una cuestión de minimizar costes, ya que los costes suben exponencialmente a medida que nos acercamos al límite de las habilidades de la persona.”

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

La mayoría de los terapeutas que han trabajado con adultos tartamudos confirmados se han sorprendido de su rigidez comportamental. Tienen a interpretar solamente un rol — el rol del tartamudo. Necesitan saborear un poco de libertad y espontaneidad; necesitan explorar otras maneras de vivir, otros roles. Cameron (1950), un sociólogo, habla en este sentido:

... cada miembro de una sociedad organizada debe desarrollar más de un rol, o rol de comportamiento, si quiere colaborar recíproca y efectivamente con sus semejantes. Para el patólogo del comportamiento, la implicación que sigue es que una persona cuyo repertorio incluya una variedad de roles sociales bien practicados y realistas, está mejor equipada para enfrentarse a nuevas situaciones críticas que otra cuyo repertorio sea menor, poco practicado o poco realista.

Entrenar a los tartamudos en la representación de roles parece liberarles. Es más, esto contiene su propio refuerzo intrínseco, ya que los tartamudos normalmente hablan con mucha mayor fluidez cuando interpretan un papel. Se vuelven más espontáneos, menos constreñidos. Como han dicho Sarbin y Allen (1968), “La espontaneidad ocurre más a menudo y se aprueba mejor de lo que uno asumiría en principio en el curso de una interpretación de un rol.”

Cambio de actitud.

Los tartamudos no limitaron sus actividades de variación a los comportamientos visibles. En las entrevistas particulares informaron de situaciones en las que se habían deliberadamente desplazado de un humor a otro, de la depresión a la alegría, y viceversa. Experimentaron cambios de actitud. Un tartamudo que no podía soportar una determinada chica se propuso frecuentarla a pesar del hecho de que le aburría tontamente. La invitó a cenar y a copas e informó, para su sorpresa, que incluso la estupidez tenía su fascinación. Otro, un estudiante negro, hizo un valiente esfuerzo de variar su odio violento hacia los blancos buscando su compañía.

Habiendo previamente reconocido los pensamientos reverberantes y las memorias recurrentes y la autosugestión negativa a los que son tan propensos, los tartamudos intentan ahora alterar su manera de pensar, primero expresando esos sentimientos en voz alta a alguien y posteriormente formulando pensamientos y memorias que puedan competir contra aquellos. Aquí les ayudamos aplicando los procedimientos de la psicoterapia racional de Albert Ellis (1962) de manera que los tartamudos no caigan en las trampas superficiales de Norman Vincent Peale o Coué. De acuerdo con esto, los tartamudos experimentan intentando llenarse de pensamientos negativos durante un día, o gastar otro día dándole vueltas deliberadamente a sus defectos. Uno de nuestros grupos estableció el “día de la paranoia” durante el cual debían sospechar de todo y de todos hasta el encuentro de la tarde en el que entre risas compartían sus experiencias. Estos pocos ejemplos escasamente ilustran todas las maneras ingeniosas con las que los tartamudos intentaron

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

modificar sus patrones habituales pero quizá sí aclaren el proceso. Lo más importante es que el tartamudo aprenda que es posible cambiar.

Variando los comportamientos tartamudos.

Buscando cambiar las formas características de tartamudeo en sí mismas, las primeras dianas de nuestro ataque son los comportamientos de anticipación, especialmente las habituales reacciones de evitación y posposición ante la inminente amenaza de tartamudez. Hemos descubierto que son más fáciles de variar porque son de hecho altamente variables. Es más, dan la impresión de estar más bajo el control del tartamudo que los comportamientos nucleares o las reacciones de escape. En su forma habitual, las reacciones de evitación y posposición representan antiguas estrategias de prevenir la aparición del tartamudeo, estrategias que en su día fueron altamente conscientes y voluntarias. Aunque a menudo han llegado a estar muy automatizadas en el adulto tartamudo, parecen más vulnerables a la atención deliberada que otros comportamientos.

Como a estas alturas el tartamudo ha realizado un considerable trabajo de identificación de sus comportamientos tartamudos y sabe cómo pospone sus intentos de habla y cómo evita palabras y situaciones, podemos proceder ya a variar esas reacciones. De nuevo, en nuestras entrevistas, planificamos las asignaciones en conjunto, estructurando cada una en términos de máximo y mínimo logro. A menudo el terapeuta debe sugerir actividades a llevar a cabo pero siempre nos aseguramos de proporcionar más de una sugerencia de manera que el tartamudo tenga la responsabilidad de elegir la que prefiera. (Y usualmente le animamos a que proponga una mejor.) De nuevo nos valemos del modelado. Demostramos una vez más que podemos y hacemos cualquier cosa que le pedimos al tartamudo que haga. Cuando finalmente ha elegido y fijado el criterio de máximo y mínimo, discutimos sus razones y su reluctancia.

Para ilustrar las dinámicas de esta interacción ponemos un ejemplo:

Uno de nuestros tartamudos demostraba muy poca iniciativa en su auto terapia hasta este punto. Alternaba entre una total pasividad y una hosca resistencia. Siempre insistía en fijar su criterio de mínimos en un resultado cercano a cero. Hacía lo menos posible y de sus informes sospechábamos que mentía acerca de lo que había hecho fuera de la clínica. Su anormalidad tartamuda característica consistía en largas series de “ah-ah-ah-ah” que usaba para posponer los intentos de habla en las palabras temidas, que eran muchas. A menudo sus “ahs” previos, no importa cuan largos fueran, no evitaban la aparición real de temblores tartamudos. A veces se arreglaba para esperar a que desaparecieran, pero normalmente aparecían justo cuando iba a iniciar el intento de habla efectivo. Los temblores y repeticiones no solían durar más de un segundo y la mayor parte de su discapacidad comunicativa residía en esos dispositivos de posposición. Era obvio que si esos “ah” pudieran modificarse o eliminarse, solo quedaría una pequeña anormalidad.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

De acuerdo con esto, en nuestra entrevista de planificación, el tartamudo escuchó algunas grabaciones de su habla y le preguntamos que podría hacer para variar esas “ah-ah-ah-ahs” constantes. Rehusó ariscamente. Le sugerimos tres maneras con las cuales otros tartamudos habían variado similares comportamientos de posposición: variar deliberadamente la duración de las ah en la secuencia; empezar con una ah, pero cambiar luego a una oh, ooo; o variar el volumen de las ah. De nuevo le preguntamos si podría inventar una manera mejor. ¡No! ¿Entonces, cual de las tres que le habíamos propuesto elegía? “Elegiré la última de ellas y variaré el volumen. Mi máximo objetivo será diez variaciones en un día, y el mínimo, una variación.” Asentimos y aceptamos. “Vale. ¿Por qué has elegido esa manera y por qué has fijado el mínimo tan bajo?”, le preguntamos. “¿Crees que puedes conseguir el máximo de diez variaciones por día?” Nos aseguramos de ser permisivos y no mostrar el mínimo asomo de sarcasmo en nuestra voz. Tenemos paciencia. Podemos esperar. Sabíamos que llegaría el día en que este tartamudo comenzaría a moverse. Nos sorprendió por tanto el torrente de emoción que ocurrió a continuación. Fue algo así:

“¡Oh, maldito seas, maldito, maldito seas! ¿Por qué no me mandas al infierno? ¿Por qué no me dices que soy un vago bastardo, que he estado con el culo sentado sin hacer nada durante un mes mientras otros tíos están progresando? ¿Por qué siempre tienes que ser tan jodidamente paciente conmigo? ¡Sabes que siempre hago lo mínimo posible —si es que lo hago! Sabes que he elegido la asignación de cambiar el volumen de mi “ah” solo para hacerlo a volumen más bajo, no más alto, y que lo haré de esa manera. Y he elegido que el mínimo sea uno para intentar joderte. Pero no te jodió. ¿Qué debo hacer para que me digas lo desastre que soy? ¿Escupirte a la cara? Estamos perdiendo tu tiempo y el mío. Nunca llegaré a ningún sitio y lo sabes. Así que ¿por qué no tienes la honestidad de decírmelo?”

No recordamos cómo le respondimos pero debió ser de la manera más profesional, porque se enfadó aún más. Finalmente lloró y nos habló de la relación con su padre. Nos contó muchos incidentes, solo recordamos dos de ellos. Una vez, cuando tenía ocho años, le faltaba un cuarto de dólar para comprar una cometa. Su padre hizo un contrato con él. El niño debía escardar la mala hierba de un cuadro de zanahorias de la huerta y conseguiría el cuarto de dólar, pero por cada mala hierba que no quitase, sería penalizado con un penique. Debía hacerlo aquella mañana. El niño hizo todo lo que pudo, pero a mediodía el padre contó las malas hierbas que quedaban y le dijo al niño que le debía un dólar y cuarenta y tres centavos, lo cual rebajaría de su asignación a razón de cinco centavos semanales. Esa era una de las historias. En otra ocasión el niño estaba en lo alto de una valla y su padre alargó los brazos para cogerle cuando saltara. Cuando saltó, su padre apartó los brazos y dijo: “esto te enseñará a no fiarte de nadie.” Recordamos la manera como respondimos a esta historia: “Y desde entonces tu mundo ha estado lleno de padres —hasta que llegué yo.” Por alguna razón, esta sesión demostró ser el punto de inflexión de la terapia. El paciente terminó la sesión revisando su planificación. Incluyó cuotas de 50 de cada una de las tres sugerencias que habíamos hecho y además añadió una extra en la cual dijo que introduciría inflexiones en los “ahs” que empleara hablando con un mínimo de diez extraños. Estuvimos tentados de persuadirle para que fijara objetivos menos exorbitantes pero felizmente lo pensamos mejor ya que superó los máximos criterios de las cuatro asignaciones. Su habla en la siguiente sesión había mejorado muchísimo, la mayoría de los “ahs” habían desaparecido. Naturalmente hubo recaída posterior, pero a partir de aquel momento hizo progresos consistentes y rara vez hemos visto un cliente tan cooperador.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Siempre nos ha sorprendido la imaginación de nuestros tartamudos a la hora de planificar asignaciones pertinentes. Una vez que entienden que variando los comportamientos estereotipados pueden modificarlos, demuestran una remarcable inventiva. Así un tartamudo que posponía característicamente su intento de habla en palabras temidas a base de volver sobre palabras anteriores y vuelta a empezar, una reacción de retraso muy común, se asignó la tarea de repetir primero la palabra inmediatamente antecedente, después la anterior, y así sucesivamente hasta que terminaba repitiendo todas las palabras anteriores —y después le daba la vuelta a la secuencia. Esto requería una enorme concentración pero finalmente fue capaz de recoger 100 ocasiones en las que había usado esa variación. El resultado fue que la mayor parte de sus reintentos desaparecieron de su habla. Aun tartamudeaba, pero no de la misma manera de antes. Otro tartamudo con el mismo problema se asignó hacer pseudotartamudeos en cada una de las palabras de los reintentos en los que repetía palabras anteriores a la temida. Otro más insertaba una larga pausa entre cada par de palabras de la frase repetida. Otro usó “hum” en lugar de su “ah” característico de posposición. Nunca hubiéramos tenido suficiente imaginación para diseñar la enorme variedad de tareas que los tartamudos han formulado.

Muchos de nuestros casos usan ciertas palabras o frases estereotipadas como posposición ó como arrancadores. Interponen palabras como “bueno,” “pues,” o frases como “ya sabes...” o “como se llamaba...” En ocasiones estas frases o palabras (usadas para ganar tiempo o para dar la pauta de arranque de la palabra temida) han llegado a estar tan automatizadas que parecen imbecilidad. Así uno de nuestros tartamudos característicamente usaba: “ummues- ummues- ummues” una y otra vez hasta que decía la palabra en la que esperaba tartamudear. Sospechamos que esta curiosa interjección proviene de una distorsión automatizada de “umm, pues...” En otro contexto (Van Riper, 1971) describimos como un tartamudo repetía compulsivamente “ysabsabysabsabysab”, que provenía de “y, ¿sabes?...” Siempre que esas frases hechas forman parte del repertorio del tartamudo para acercarse a palabras temidas le ayudamos a variarlas a toda costa. Así un tartamudo que usaba “umuh-umuh-umuh” (a veces hasta 18 repeticiones secuenciales) antes de hacer un esfuerzo real por decir la palabra temida, varió su comportamiento automático metiendo varios “umpa” dentro de los “umuh” y en otras asignaciones usó vocales diferentes de la “u” así que podría decir “umuh, ummo, umme, ummo.”

Queremos enfatizar que estas variaciones fueron practicadas en comunicación real, no solo con nosotros o con otros miembros del grupo de tartamudos, sino también con amigos y extraños. Al principio, era muy difícil para los tartamudos usar estas variaciones deliberadas cuando se encontraban bajo en estrés comunicativo fuerte pero finalmente se la arreglaban para superar sus dificultades y tener suficiente éxito para conseguir cambios. Originalmente teníamos algo de bastante escepticismo en relación con que este entrenamiento de variar los comportamientos estereotipados podría de verdad debilitarlos pero una y otra vez hemos visto la fuerza del hábito retroceder. Una vez que los tartamudos se han dado cuenta de lo que hacían cuando se aproximaba una palabra o situación temida y descubrieron que los comportamientos que creían totalmente fuera de su control podían ser modificados, mucho del comportamiento tartamudo parece diluirse ante nuestros ojos.

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

También descubrimos con agrado y sorpresa que no tenía lugar un incremento recíproco de los comportamientos nucleares ni otras reacciones. Continuaban ocurriendo, pero no crecían.

Variando los comportamientos de escape.

Ciertos componentes de la tartamudez demostraron ser más difíciles de variar que las reacciones de posposición y evitación. Sobre todo los súbitos cierres de ojos, posiciones anormales de la boca, sacudidas de mandíbula, anormalidades respiratorias. Eran las respuestas más íntimamente fijadas al sentimiento del bloqueo o las repeticiones de sílabas. Eran mecanismos usados para sincronizar el momento de intento de habla o para salirse de temblores, fijaciones u oscilaciones. A menudo, a pesar de los intentos del tartamudo de cambiarlos, estas antiguas reacciones prevalecían y volvían más tarde en la forma compulsiva que caracteriza el desorden. Algunos tartamudos, después de estas recaídas, lo dejaban temporalmente; otros recogían sus egos heridos y volvían a la batalla.

Las entrevistas en este estadio estaban llenas de tormentas emocionales, pero siempre resultaban nuevos descubrimientos. Algunos tartamudos necesitaban fuerte apoyo y se lo dábamos de muchas maneras. Les mostrábamos como nosotros mismos asumíamos las mismas postural bucales anormales y las modificábamos antes de terminar la palabra, en una situación que ellos temían. Tartamudeábamos al unísono con ellos mientras llamaban por teléfono, adoptando la primera parte de su anormalidad pero después introduciendo alguna variación y pidiéndoles que nos siguieran. Usando escucha binaural, les metíamos nuestra variación por un oído, mientras ellos se oían tartamudear sin variación por el otro. Les hacíamos sombearnos mientras imitábamos su manera de tartamudear y la variábamos. Les hicimos verse en video y tartamudear de manera diferente al unísono con las antiguas maneras. Recompensamos cualquier cambio, por pequeño que fuese, y permanecemos con los tartamudos hasta que conseguían algún éxito. Verbalizábamos sus sentimientos mejor que ellos mismos. En este punto, la terapia de grupo era muy importante también. Algunos de los miembros del grupo conseguían ganancias más rápidas en la variación de sus comportamientos y eran los modelos que motivaban altamente a los otros. A menudo los tartamudos trabajaban juntos, demostrando, discutiendo, sugiriendo la manera como cambiar su tartamudez. Pocos de nuestros casos han sido capaces de resistir tanta fuerza junta.

Aquellos tartamudos que antes habitualmente cerraban los ojos rígidamente cuando estaban en las fauces de la tartamudez fueron capaces de abrir un ojo, y después el otro. Los jadeos inhalatorios fueron interrumpidos o lentificados con exhalaciones. Las sacudidas de mandíbula fueron llevadas a un lado, o convertidas en mascado de chicle, o hechas a cámara lenta. Las protusiones labiales fueron deslizadas de un contorno a otro. Los tartamudos que atacaban las palabras que empiezan por vocal cerrando fuertemente los labios aprendieron a abrirlos de manera diferente o a cerrarlos todavía más fuertemente. Aprendieron a desplazar la localización de la tensión de un lugar a otro, de la laringe a los

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

labios, por ejemplo, incluso de la boca a la pierna izquierda. En lugar de usar sus anormales posturas articulatorias al comienzo de una palabra temida, revisaban la postura a otra totalmente diferente fonéticamente. Aprendieron a convertir sus bocas en móviles, en lugar de rígidas; incluso aprendieron a sonreír mientras tartamudeaban.

Como ya hemos descrito en un capítulo anterior, muchos de los “síntomas” tartamudos están encadenados unos a otros en secuencias definidas, con comportamientos que aparecen en la secuencia antes que otros. Los componentes de un momento de tartamudez no están ordenados de manera aleatoria. En lugar de ello, normalmente es evidente un estereotipo definido. Para debilitar el encadenamiento de estas reacciones, los tartamudos alteran esas secuencias, revisan su orden, omiten una de ellas, o insertan un comportamiento nuevo. Así un tartamudo que mostraba consistentemente un patrón secuencial de tres componentes (1) cerrar sus ojos rígidamente, (2) apretar sus labios, (3) sacudir su cabeza hacia atrás al intentar la palabra, empezaría el intento de habla con la sacudida de cabeza, después el apriete de labios y después el cierre de ojos. O podría omitir el cierre de ojos o insertar una corta exhalación entre el primero y el segundo de estos componentes. Haciendo esto, la secuencia estereotipada era corrompida y debilitada.

El efecto malla de toda esta alteración manipulativa era impresionante. Parecía imposible que un tartamudo pasara por todas estas experiencias sin perder su sentimiento de impotencia y ganar algo de confianza de controlar lo incontrolable. A estas alturas, los tartamudos buscan con ahínco oportunidades de hablar en situaciones de estrés de manera que puedan conseguir la tartamudez que necesitan para alterarla. Lo que es más significativo, cuanto más cazan palabras y situaciones, menos miedo tienen y menos tartamudez experimentan. El sentimiento de compulsión en la tartamudez retrocede, y también la vergüenza y el bochorno. Los tartamudos dejan de sentirse controlados por el desorden. A medida que luchan con su tartamudez y manipulan su forma y sustancia, comienzan a creer que serán capaces de dominarla. Están poniendo el cascabel al gato. Tanto en las sesiones individuales como en las de grupo tienen lugar algunas profundas experiencias psicoterapéuticas. Los tartamudos incrementan su repertorio de respuestas a los mecanismos de regulación. Comienzan a vigilar su pronunciación; la comparan con modelos distintos de los patrones anormales que siempre han conocido. En un sentido cibernético, se les ha enseñado como empezar a “cazar.”

Modificación: enseñando una forma fluida de tartamudear.

Mucha de la terapia precedente ha sido preparatoria para este estadio sumamente importante del tratamiento. El tartamudo ha aprendido a identificar sus variados comportamientos tartamudos; se ha desensibilizado, al menos hasta cierto punto, a la amenaza y la experiencia del fracaso de la fluidez y ha descubierto que puede alterar y variar sus reacciones tartamudas y a sí mismo. A estas alturas está bastante motivado. Su relación con el terapeuta se ha estrechado y fortalecido. El tartamudo desea la aprobación

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

del terapeuta y sabe el valor de la guía que este puede proporcionarle. En pocas palabras, está preparado para moverse.

El objetivo básico de este estadio es modificar y moldear la forma de su tartamudez de manera que ocurra sin impedir la comunicación ni contribuir al mantenimiento del desorden. La diana de este aprendizaje será un tipo de tartamudeo que no sea frustrante ni evocador de la penalización del oyente. El *ordenamiento secuencial* de los sonidos que produce cuando tartamudea debería acercarse lo más posible a la pronunciación normal. Las contorsiones, movimientos accesorios de sincronización, sonidos de interjección, forzado, y cosas así serán progresivamente eliminadas. El tartamudo debe dirigir sus energías a la pronunciación de la secuencia de sonidos que contiene el patrón motórico de la palabra que intenta decir. De acuerdo con esto, debe empezar con el primer sonido de la palabra y buscar hasta que pueda integrarlo en la sílaba y la sílaba en la palabra.

Esta búsqueda debe ser reducida, no larga ni aleatoria. Debe reducirse alrededor del molde del modelo, la forma de tartamudear fácil y fluida que ha descubierto ocasionalmente ya en su habla. Si abre su boca mucho en la pronunciación de una plosiva labial, debe desplazar esa postura hacia la apropiada que produzca el sonido. Si, en el intento de decir una palabra que empieza por vocal, su boca se arquea hacia la derecha, debe cambiarla hacia una posición más simétrica. Si la lengua esta retroflexionada en un contorno cóncavo y la punta está presionando rígidamente contra el paladar en un intento de decir una “d”, el tartamudo debe buscar una manera más normal de producirla, y seguir buscando hasta que la encuentre. Si está reteniendo la respiración, debe reconocer este hecho y explorar maneras de iniciar el flujo de aire. Si está expulsando aire, pero sin sonido al pronunciar una vocal o una consonante sonora, debe cazar maneras de iniciar la fonación y restringir sus esfuerzos a esa tarea en lugar de una reacción maladaptativa como sacudir la cabeza. Si el tartamudo se encuentra en una co-contracción de grupos musculares antagonistas de manera que aparecen temblores en ese lugar o rápidas oscilaciones clónicas, debe intentar lentificarlas y suavizarlas en lugar de incrementar la tensión intentando salir de ellas con una sacudida. A menudo el tartamudo descubre que una larga prolongación de una consonante inicial se debe al hecho de que está intentando una sílaba que contiene una vocal *schwa*, en lugar de la vocal que realmente necesita. Debe husmear en busca de esa coarticulación apropiada y desplazamientos suaves y lentos en las secuencias motóricas en lugar de esos otros súbitos y balísticos. Si los contactos de su lengua y labios son muy rígidos, debe intentar suavizarlos. Lo que quiera que el tartamudo haga que sea inapropiado a la producción normal del sonido, sílaba o palabra, debería significar una señal de error de manera que pueda ser alterado en la dirección de la producción normal. Este es el trabajo en este estadio de la terapia. Si el tartamudo debe tartamudear, hagamos que sus esfuerzos y búsquedas se confinen a intentos que tengan algún sentido en términos de la programación motora secuencial de la palabra.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Clarificando el modelo motórico.

Para ser capaz de cambiar su comportamiento tartamudo, el tartamudo debe tener claro en su cabeza el modelo *motórico* de la pronunciación estándar. Recalcamos la palabra *motórico* porque, aunque ya sepa muy bien como suena una palabra dicha normalmente, solo tiene una vaga idea de cómo se produce. Es cierto que ni el científico investigador del habla puede describir cada fino detalle de la secuencia motórica del habla, pero las características generales de la pronunciación sí son fácilmente reconocibles. Flujo de aire, fonación, posturas y movimientos articulatorios necesarios están incluidos en esas características. Aunque no seamos capaces de describir en palabras los requerimientos de cada uno de los anteriores ingredientes para producir un sonido, sílaba o palabra, podemos fácilmente demostrar que sabemos cuáles son. Podemos pantomimar el sonido o la secuencia, susurrarla, decirla en voz alta, una y otra vez, con mínimas variaciones.

El tartamudo también puede hacer esto pero cuando el miedo le posee o cuando se encuentra a sí mismo parado u oscilando, la mayoría de su atención está enfocada en la reacción del oyente o en los sonidos y silencios anormales que él mismo está produciendo. Evidentemente tiene muy poco conocimiento de lo que realmente está llevando a cabo a nivel motor. Su escaneo para corrección de errores es visual y auditivo, no propioceptivo. De hecho, no desea realmente atender a la anormalidad de los movimientos de su boca. Está por detrás de su cara contorsionada, no por delante, y por tanto puede ignorar lo que tiene lugar motóricamente en esa cara aunque no puede escapar de lo que se *oye* a sí mismo, o de lo que *ve* reflejado en los ojos del oyente. Las señales de error recibidas en su servosistema tienden a ser visuales y auditivas, no propioceptivas, porque aparentemente se inhibe de mayores problemas poniendo filtros (buffers) en los circuitos propioceptivos. La realimentación táctil o sinestésica también está presente, pero es ignorada también. Por eso es tan difícil para el tartamudo variar apropiadamente su comportamiento. De alguna manera debemos entrenarle a reconocer lo que hace motóricamente y comparar esa salida motórica con la consigna estándar de pronunciación normal. Solo después será capaz de buscar y cazar y cambiar la salida de manera que el error se minimice. Su atención debe pasar a estar fijada no en lo que oye o ve, sino en lo que hace. Necesita ser entrenado para clasificar, comparar, buscar y cazar, reconocer cuando está haciendo lo que no debería hacer y cuando se acerca al objetivo.

Es perfectamente entendible que el tartamudo necesite ayuda en este nuevo énfasis de realimentación propioceptiva. Durante años las señales de alarma de las palabras y situaciones temidas han estado intensamente teñidas de respuestas “looking & listening.” Estas señales disparan las rutinas de lucha y escape que han llegado a estar tan altamente automatizadas como para ser involuntarias. No obstante, debemos darnos cuenta que mucha de la fuerza de estas reacciones tartamudas se debe en parte a su desapego de los controles automáticos de la monitorización propioceptiva. No podemos hacer mucho con las palabras o sonidos que ya han sido producidos. Una vez que un sonido anormal es producido, vuela; una vez que un oyente ha establecido un juicio poco favorable, ya lo ha hecho. Pero existe la oportunidad de modificar la pronunciación motórica mientras ocurre si uno está atento.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

No debería sorprendernos por tanto que un tartamudo tartamudee menos en presencia de un oyente permisivo, como puede ser el terapeuta, cuyas reacciones no necesitan un permanente escrutinio. Ni debería sorprendernos que, cuando bloqueamos el oírse a sí mismo, también se vuelva más fluido. En gran medida, el servosistema haría mucho de su trabajo de corrección automática de errores si sólo el tartamudo le diera media oportunidad. De alguna manera debemos ayudarlo a cambiar esta jerarquía anormal de realimentaciones de manera que, como hace el hablante normal, la propiocepción domine sobre la auto-escucha en el monitoreo del habla.

Monitoreo propioceptivo: masking.

De acuerdo con lo anterior, iniciamos esta fase de la terapia con un entrenamiento intensivo en monitoreo propioceptivo. Una manera de hacer esto es con el enmascaramiento auditivo para evitar que el tartamudo se oiga a sí mismo en la esperanza de que dedique más atención a la información propioceptiva sinestésica y táctil generada por su propio habla. La racionalidad de esto reside en la visión de Strosmta (1968), Webster y Lubker (1968), este autor Van Riper (1971), y otros, de que la dificultad básica del tartamudo reside en su sistema de procesamiento auditivo. Siempre que podamos minimizar el papel de la auto-escucha y maximizar el papel del feedback propioceptivo en el monitoreo automático del habla, el tartamudo parece hablar mejor. Por ello hemos diseñado y empleado varios tipos de dispositivos generadores de ruido de enmascaramiento con filtros paso bajo y paso alto, siendo estos últimos lo que dan mejor resultado. Podemos hacer grabaciones de ese sonido y enchufarlos con auriculares a la intensidad deseada. También hemos usado cócteles de sonidos, risas de varios hablantes y una mezcla incoherentes de frases gritadas acerca de la tartamudez. Hemos construido dispositivos de manera que el tartamudo, llevando unos cascos o implantes auriculares, pudiera proporcionarse a sí mismo el ruido de enmascaramiento en situaciones extra-clínicas en el momento en que espere tartamudear o lo haga realmente. Hemos usado masking disparando el ruido con la actuación de la voz en un micrófono de garganta pero hemos descubierto que esto no funciona en el caso de bloqueos o temblores silenciosos. Incluso construimos un prototipo en el que el ruido comenzaba por el movimiento de la mandíbula pero era demasiado voluminoso para uso clínico. Quizá la fuente más útil y simple de ruido de enmascaramiento es el electrolarynx estándar. Cuando se pone en la oreja, el tartamudo no puede oírse a sí mismo y se vuelve sordo momentáneamente.

Aunque el masking decreta la frecuencia y severidad del tartamudeo en la mayoría de los tartamudos, y como tal es altamente motivante, no estamos tan interesados en la ganancia de fluidez como en el aumento del control de la realimentación propioceptiva, y así se lo dejamos claro al tartamudo. Cambiar la tartamudez por la sordera no es un gran negocio y hemos encontrado poca mejoría permanente como resultado del enmascaramiento por sí solo. Repitamos una vez más que el tartamudo no necesita aprender a hablar con fluidez. Ya lo hace la mayor parte del tiempo. Lo que realmente necesita es aprender una manera de manejar su tartamudeo. Cualquier pequeño incremento en fluidez que consiga del masking hará poco por solucionar su problema. Pero si podemos usarlo

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

para enseñarle a parar su mórbida auto-escucha y monitorizar su habla principalmente con propiocepción estamos atacando el desorden de manera más fundamental. Lo que hacemos por tanto es darle al tartamudo experiencias repetidas en las que primero se presenta ruido de enmascaramiento y después se apaga mientras él sigue hablando. Le pedimos que se concentre en sentir sus movimientos y contactos durante los momentos de su habla normal y su tartamudez. A medida que va diciendo una serie de palabras en las que previamente había tartamudeado, encendemos el masking y lo apagamos intermitentemente. Le pedimos que intente meterse en un tartamudeo real o un facsímile razonable y después decir la misma palabra fluidamente, notando las diferencias entre ambas producciones. Imitamos su tartamudez lo más fielmente que podemos y le pedimos que nos sombree en pantomima de manera que pueda reconocer las principales características propioceptivas de su dificultad mientras el ruido de enmascaramiento suena en sus oídos. Repetimos esta actividad en palabras habladas normalmente, a menudo aquellas en las que ha tenido considerable dificultad en el pasado, como su nombre y dirección. Le hacemos imitar su propia imagen en el video cuando tartamudea y cuando es fluido, apagando el sonido, de manera que pueda darse cuenta de los aspectos motóricos tanto de su habla fluida como de la disfluente. Le hacemos mirarse al espejo mientras hace una llamada y después duplicar los tartamudeos que hubieran ocurrido en pantomima o bajo ruido de enmascaramiento. Queremos que discrimine las características motoras de las palabras tartamudeadas comparadas con las mismas palabras dichas normalmente de manera que pueda apreciar las diferencias, no en como suenan, sino en como se sienten.

Mejorando la sensación propioceptiva con realimentación auditiva retrasada (DAF)

El tartamudo también puede darse cuenta de lo que hace cuando tartamudea usando la realimentación auditiva retrasada. Para poder resistir la interrupción causada por el retraso auditivo, que sienten la mayoría de las personas que lo prueban, pronto aprende, bajo nuestra supervisión, a ignorar las sensaciones auditivas y concentrarse en las propioceptivas. El terapeuta intenta evitar que el tartamudo suba el volumen de la voz ya que puede usarlo para compensar el retraso con una mejor conducción ósea. También intentamos evitar que altere el tono y la velocidad de habla. En esto nuestra práctica con DAF difiere marcadamente de la de Goldiamond (1965), Perkins y Curlee (1969) y otros, que utilizan el DAF para conseguir que el tartamudo hable a una velocidad muy lenta y controlada. Tenemos muy poca fe en el control de la velocidad del habla; su historia, como ya hemos dicho en un capítulo anterior, es antigua y descorazonadora. Usar DAF como una manera de desacelerar al tartamudo añadirá únicamente la magia de la máquina al procedimiento. Soderberg (1969) proporciona esta significativa señal de apoyo a nuestras consideraciones: “En una comunicación personal con Goldiamond, me indicó que el DAF no era necesario para establecer los patrones de habla fluida prolongada. Cuando se instruyó a los tartamudos a prolongar su habla voluntariamente (sin DAF), se encontraron equivalentes resultados a los obtenidos con DAF.” Por la misma razón desaconsejamos el uso del DAF como un eco para sincronizar o temporizar la pronunciación. Uno podría usar el mutónomo de Columbat más eficientemente para eso. Por tanto no estamos de acuerdo

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

con Soderberg (1968) quien establece que “el tartamudo debe ser enseñado a hablar a ritmo con la cadencia del tiempo de retraso.” Usamos el DAF de la misma manera que usamos el masking —para desenfatar la monitorización auditiva e incrementar los controles propioceptivos. No queremos que el tartamudo utilice ninguna manera de hablar artificial sino que se haga cargo de los aspectos motóricos de su habla.

Hemos visto que es útil que el tartamudo se mire a sí mismo al espejo mientras habla con DAF y después que cierre sus ojos intermitentemente de manera que pueda sentir los movimientos de su habla. Alteramos gradualmente el tiempo de retraso partiendo de aquel que produce mayor fluidez hasta el que produzca mayor disrupción. Este proceso de desensibilización requiere más y más controles propioceptivos y el terapeuta debe programar refuerzos consistentes de manera que se consiga una experiencia progresiva. No se trata de inundar al tartamudo con la confusión del retraso auditivo. Más bien buscamos enseñarle a vencer a la máquina, el DAF, a base de realzar el escrutinio de las claves propioceptivas.

Como ya hemos descrito en nuestro capítulo de servoterapia, utilizamos un procedimiento de desensibilización parecido subiendo gradualmente el volumen de la realimentación retrasada en pasos graduales, trabajando siempre bajo el umbral de ruptura, pero usando dosis repetidas de DAF que incrementan el estrés hasta que el tartamudo se haga capaz de tolerar más y más. Una vez que el tartamudo ha conseguido resistir el estrés inducido por el DAF y monitorizar su habla principalmente con la propiocepción (lo que puede ser percibido por la aparición de unos movimientos de boca más precisos, ligeramente exagerados), interrumpimos el retraso, el tartamudo se oye entonces como habitualmente lo hace. Le pedimos que continúe hablando de la misma manera haya retraso o no, y, si apagamos intermitentemente la realimentación retrasada, veremos como el tartamudo continua monitoreando su habla mucho más propiceptivamente que antes.

No obstante, para consolidar este aprendizaje, le presentamos jerarquías de situaciones comunicativas graduadas cuidadosamente en términos de su historial de miedos. También, para asegurar una mejor transferencia, le hacemos grabar su propia habla con DAF, y después escucharla, y tratar de revisar esa manera de hablar de forma que no haya diferencias entre ella y la condición de realimentación directa. Como ya hemos dicho, no queremos que el tartamudo aprenda una manera de hablar anormal, y al principio sus intentos para superar el retraso auditivo consistirán en subir el tono de la voz o reducir la velocidad de habla. Por tanto, debemos seguir trabajando con DAF hasta que no haya diferencias entre su habla bajo el retraso y su habla normal. Solo entonces podemos estar confiados de una transferencia efectiva del monitoreo propioceptivo. El objetivo principal de este entrenamiento es aplicar los controles que aprende en estas experiencias al habla ordinaria. Digamos una vez más que queremos que deje de escuchar eternamente su habla anormal. Queremos que *sienta* lo que está haciendo. El uso de este entrenamiento intensivo con DAF ha sido, en nuestra opinión, lo más efectivo para conseguir este objetivo. Hemos tratado de construir un DAF portátil que pueda ser usado fuera de la clínica y estamos seguros de que tarde o temprano existirá uno, aunque nuestros esfuerzos en este sentido

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

hayan fracasado. Uno que vimos en la universidad de Utrecht en Holanda, fabricado en Praga, no tenía el suficiente volumen ni rango de retrasos para uso clínico. Quizá cuando este libro sea publicado ya exista uno disponible.

Monitoreo propioceptivo usando electrolarynx.

Otro método de enfatizar los aspectos motores del habla es el uso de electrolarynx. El tartamudo trabaja con ese aparato hasta que su habla llegue a ser altamente inteligible. Para ello es necesario una articulación muy precisa y una gran concentración en la formación de sílabas y sonidos. Solo hemos encontrado un tartamudo que tartamudeaba con el aparato, el resto no lo hacían incluso en situaciones normalmente temidas. Si se usa apropiadamente, el electrolarynx puede entrenar al tartamudo a ser consciente de la realimentación propioceptiva. Trabajamos también, variando la presión del aparato, la consecución de mejores patrones de fraseo, acento y entonación, una experiencia que muchos tartamudos severos han raramente experimentado en términos de secuencias motóricas.

En el uso de electrolarynx siempre recordamos el propósito para el que se emplea, no la fluidez artificial que genera. En este sentido les pedimos a nuestros casos que lean el artículo de McKenzie (1955) “Experiencias de un tartamudo con el uso del electrolarynx.” Eso les ayuda a entender las limitaciones del aparato. No queremos que piensen que es una panacea mágica. Como ya hemos dicho, lo que intentamos es que el tartamudo sea consciente de lo que está haciendo a nivel motor, tanto cuando tartamudea como cuando habla con fluidez. Así, les pedimos a menudo que digan las palabras temidas que han recogido a lo largo del día y que las usen en frases con y sin electrolarynx, intentando notar las diferencias en postura y movimiento entre la producción tartamuda y la normal. En ocasiones el tartamudo repite una y otra vez las palabras en las que ha tartamudeado, alternado el uso de electrolarynx con la pantomima, después la vocalización, intentando de nuevo calibrar todas las diferencias de las características táctiles y sinestésicas. O, mientras usa electrolarynx, le pedimos que diga las palabras difíciles primero en voz normal, después susurrando y después reteniendo la respiración. La discriminación de estímulos así conseguida es muy efectiva en la corrección de señales de error y tiene lugar algo de transferencia en la comunicación ordinaria.

Monitorización propioceptiva mediante pantomima.

Pero el uso del enmascaramiento, DAF y electrolarynx son meramente ayudas docentes en esta mejora de la realimentación propioceptiva y es importante que el tartamudo también aprenda a escrutar su habla motora sin ellas. Por tanto, en esta fase de la terapia, usamos gran cantidad de habla susurrada y en pantomima en los ensayos de las palabras temidas de los tartamudos, y de nuevo una vez que la tartamudez ha tenido lugar. Primero el terapeuta y después el tartamudo nota y comenta la diferencia entre la pronunciación normal y la tartamuda. Como hicimos con DAF y enmascaramiento,

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

tomamos las palabras temidas (en solitario o insertadas en frases) y las usamos repetidamente hasta que la adaptación produce suficiente habla normal para habilitar la comparación entre esta y el tartamudeo previo. Ponemos al tartamudo a practicar tartamudeos en pantomima, a veces trabajando con una sola palabra 20 ó 30 veces, hasta que puede recorrer el patrón motor con un alto grado de fiabilidad. Repetimos el procedimiento mientras el tartamudo pantomima la pronunciación normal de la misma palabra. Después descolgamos el teléfono y le hacemos usar ambos patrones en comunicación real.

De nuevo, durante la pantomima, el video proporciona una herramienta útil para ayudar al tartamudo a apreciar lo que hace de manera diferente cuando tartamudea. Primero grabamos un tartamudeo severo, lo ponemos, le pedimos que reserve sus juicios de momento y que pantomime cada instancia de tartamudeo que vea. Cuando ya puede hacer esto con fiabilidad, le pedimos que pantomime la pronunciación normal de la palabra *mientras se ve a sí mismo tartamudeándola*, después la susurra, y finalmente la pronuncia en voz alta una y otra vez. También le hacemos oír una de sus palabras tartamudeadas con auriculares y le pedimos que demuestre con pantomima el tipo de comportamiento tartamudo paralelo a la grabación. Tenemos al tartamudo pantomimando alternativamente la pronunciación normal y la tartamuda de palabras recogidas a lo largo del día en las que haya ocurrido el tartamudeo y que lo haga alternativamente muchas veces. Esta es solo una de las muchas posibilidades de conseguir la mejoría de la habilidad del tartamudo para atender a los aspectos motores de su habla.

Es obvio que nos hemos acercado a esta cuestión desde un punto de vista cibernético. En primer lugar, hemos entrenado al tartamudo para que abra sus escáneres a la información propiceptiva minimizando la realimentación auditiva y visual. Hemos intentado establecer vívidos patrones estándar de las características de movimiento y tacto de la pronunciación normal de manera que los errores puedan ser analizados por el comparador del servosistema del habla. Así pueden generarse variaciones en la salida regulando el mecanismo de manera que los errores sean minimizados. Lo que es significativo es que esa reducción de errores comienza a automatizarse en muchas ocasiones y tiene lugar un marcado incremento de fluidez. No obstante, también es verdad que el tartamudo tiene dificultades reales de operación del servosistema cuando tiene miedo de tartamudear. Los viejos estándares anormales de tartamudez dominan estas ocasiones. Los escanea auditivamente, los escucha. Durante años el tartamudo ha filtrado la información propioceptiva que necesita si quiere hablar menos anormalmente. No es fácil cambiar las antiguas formas de percepción y comportamiento. Pero puede hacerse con este programa de entrenamiento voluntario y deliberado.

Lo que puede no resultar tan aparente en la descripción de los métodos usados para enfatizar la realimentación propioceptiva es que está teniendo lugar un intenso proceso de aprendizaje. Estructuramos esta fase de la terapia como una experiencia de aprendizaje, fijando conjuntamente una serie de subobjetivos, discriminando entre estímulos, especificando las respuestas deseadas y las no deseadas, proporcionando los refuerzos

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

diferenciales necesarios. Aun siendo bastante liberales acerca del tipo de aprendizaje que tiene lugar, programamos nuestra aprobación y otros tipos e refuerzos de manera que sean contingentes con realizaciones específicas. Intentamos, mediante procedimientos operantes, moldear, por ejemplo, el tipo de articulación fuerte y exagerada del habla bajo DAF hacia una forma más parecida a la pronunciación normal manteniendo la vigilancia motórica. La introducción de la tartamudez en pantomima bajo la benigna condición de la aprobación del terapeuta y la curiosidad exploratoria del sujeto es una ilustración del descondicionamiento clásico, así como muchas de las otras técnicas que hemos descrito. Finalmente, buscamos, a través de estas experiencias de aprendizaje, facilitar esos flashes de conocimiento tan importantes en la modificación del comportamiento. Como decía uno de nuestros casos: “¿Sabes?, he estado detrás de una careta de marioneta toda mi vida. Sentía que otro ser manejaba mis hilos cuando tartamudeaba. Pero es mi boca. Es lo que *yo* estoy haciendo. ¡Lo estoy haciendo yo! Puedo manejar esos hilos de manera distinta pero solo si los mantengo en mis manos y muevo mis manos como debería hacerlo.”

Como demuestra la cita anterior, estas experiencias de auto-confrontación pueden ser también altamente psicoterapéuticas. Se incrementa la esperanza, se desvanece el miedo. La falla entre la identidad tartamuda y la fluida comienza a estrecharse y fusionarse. El tartamudo comienza a ejercer alguna decisión, a asumir algo de responsabilidad directa en su propio comportamiento, al menos para conseguir algo de autocontrol. Como necesita muchos momentos de tartamudez para llevar a cabo esta exploración, busca lo que antes evitaba o reprimía. Cualquier beneficio neurótico o ganancia secundaria derivada del tartamudeo pierden su anterior valor. La relación con el terapeuta en este estadio pasa a ser menos suportiva y más estimulante aunque siempre el tartamudo siente el impacto de la convicción del terapeuta de que el cambio es posible. Cada tartamudo tiene su conjunto de dinámicas particular, sus respuestas únicas ante los fracasos (o éxitos) inevitables que siempre acompañan a la revisión del propio comportamiento, y la ventilación y verbalización en entrevistas particulares o interacciones grupales pueden ser muy sanas.

Cancelación.

Ahora estamos preparados para ayudar al tartamudo a moldear su comportamiento tartamudo de manera que, aunque ocurra, pueda ser más fluido y por tanto no contribuya al mantenimiento del desorden. Estamos preparados para enseñarle una manera más fluida de tartamudear, una nueva forma de manejar el miedo y la experiencia de la disrupción de la fluidez. Llamamos a este proceso *cancelación*. Si se considera superficialmente, la cancelación es muy fácil: una vez que la persona ha emitido una palabra tartamudeada, simplemente hace una pausa deliberadamente y la dice de nuevo antes de seguir. Digamos con toda la vehemencia de la que somos capaces que hay mucho más en el proceso de cancelación que la mera repetición de una palabra tartamudeada. Muchos terapeutas no han entendido que la cancelación está diseñada principalmente como un vehículo de aprendizaje de nuevas respuestas a los estímulos que disparan las respuestas tartamudas anormales. Es un laboratorio de aprendizaje en miniatura y portátil. Vemos poco valor en la mera repetición fluida de una palabra tartamuda. La mayoría de los tartamudos pueden

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

hacerlo sin que se les enseñe —decirla después, o después de que alguien la haya dicho por ellos.

La cancelación como prevención del autoreforzo del tartamudeo.

La tartamudez es autoreforzante por varias razones pero principalmente porque, después de todo el comportamiento de lucha y evitación, la palabra que el tartamudo ha buscado decir tan desesperadamente es finalmente pronunciada. Es aparente por tanto para el tartamudo que toda esa lucha y evitación le han ayudado a transmitir su mensaje. Debemos entender que el impulso básico que impele al tartamudo es que el oyente entienda lo que quiere decir. Esta necesidad de completar la comunicación es primaria; es básica; es la esencia primaria de su necesidad. Debemos recordar también que el oyente se acerca a la comprensión final del mensaje con cada palabra que el tartamudo va diciendo consecutivamente, como ha demostrado claramente la técnica de la conjetura de Shannon (1951). Así que cuando una persona tartamudea y finalmente emite la palabra tartamudeada, tiene lugar un progreso en la comunicación. Esto es de lo que el tartamudo está hambriento —progreso en la comunicación. De acuerdo con ello, cualquier comportamiento que preceda inmediatamente esta fracción de objetivo es reforzado por ese progreso. Si el tartamudo tiene problemas en la primera palabra, al menos el oyente sabe que quiere hablar y con cada palabra sucesiva (normal o tartamudeada) el mensaje transmitido se va aclarando. De todos los refuerzos que mantienen la tartamudez, éste del progreso comunicativo es probablemente el más importante porque es siempre contingente y siempre proporcionado de manera inmediata.

Si debemos prevenir este refuerzo, debemos encontrar maneras de eliminar el beneficio comunicativo que la tartamudez produce. Es bien sabido que cualquier refuerzo pierde mucha de su efectividad contingente si se retrasa demasiado. Los tartamudos normalmente vuelan cuanto antes de la escena de realización anormal. Se apresuran a decir lo más posible del mensaje antes de que un bloqueo les atrape de nuevo, y cuantas más palabras puedan decir después de un momento de tartamudeo, tanto más ese comportamiento anterior al tartamudeo resulta reforzado. Más tarde o más temprano, por supuesto, se encontrarán con estímulos que amenazan disrupción, o experimentan rupturas inesperadas de fluidez y de nuevo luchan y evitan hasta que la palabra es pronunciada. Entonces de nuevo se autoadministra el refuerzo automático en términos de progreso comunicativo. Hay muchos círculos viciosos en el desorden de la tartamudez pero este es ciertamente uno de los más importantes.

La pausa.

Por tanto, para eliminar el beneficio comunicativo del momento de tartamudez, enseñamos al tartamudo a insertar una pausa deliberada después de que la palabra haya sido finalmente dicha. A pesar de su propia urgencia o el miedo a perder la atención del oyente, debe entrenarse a parar y esperar un momento después de cada instancia de tartamudeo. No

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

debe apurarse hacia delante. Debe parar, hacer una pausa. Este es nuestro primer subobjetivo.

Esta cesación de habla como consecuencia de un momento de tartamudez previene el refuerzo del progreso comunicativo que el comportamiento anormal produce usualmente. Si acaso, es ahora la pausa la que gana ese refuerzo más que la lucha o la evitación, ya que estas se posponen en el tiempo. El tartamudo ya no es inmediatamente recompensado por una sacudida de cabeza o un retorcimiento de la cara o la pronunciación de un sonido inapropiado. Es la pausa la que se lleva el refuerzo comunicativo.

Uno podría preguntarse si esto es sabio. ¿No se incrementaría el número de espacios muertos en el flujo de habla? Es cierto que hay una ligera tendencia a que esto ocurra pero, como describiremos ahora mismo, usamos estas pausas de la cancelación para cambiar los comportamientos tartamudos. Necesitamos estas pausas después de los tartamudeos para demostrar al tartamudo que puede reaccionar menos anormalmente y más fluidamente. Por tanto, si se incrementan algo, estaremos encantados.

No obstante, la pausa contingente también parece servir como dispositivo de castigo y de alerta. Wingate (1959) descubrió que cuando los tartamudos hablaban por un medio de comunicación y se iba la conexión (señalando esto con una alerta luminosa) en medio de una palabra tartamudeada, ésta era pronunciada al fin y la frecuencia de tartamudez decrecía. Haroldsen, Martin, y Starr (1968) también descubrieron lo mismo con un time-out (TO) contingente a la tartamudez. Que el silencio es aversivo a la tartamudez está demostrado en las investigaciones de Gould y Sheehan (1967). Tener que parar después de una palabra tartamudeada sirve para suprimir la tartamudez y actúa como castigo. El efecto, no obstante, es temporal. El uso de la pausa contingente por sí sola poco hace para solucionar el problema de la tartamudez. Lo que tiene vital importancia es lo que el tartamudo haga durante esa pausa, antes de continuar transmitiendo su mensaje. Si podemos utilizar el intervalo de time-out para desarrollar comportamientos nuevos más apropiados y respuestas más adaptativas, podemos esperar algo más que supresión temporal. Pero primero debemos conseguir que el tartamudo pare después del tartamudeo, que haga una pausa antes de continuar.

Resistencia a la pausa contingente. Esta simple prescripción, no obstante, es muy difícil de lograr. Los tartamudos temen el silencio casi tanto como la exposición de su anormalidad. Los espacios muertos en la comunicación han sido siempre anticipados con terror. El retraso comunicativo inherente a la tartamudez parece casi intolerable porque sienten que deben transmitir el mensaje antes de que el oyente le interrumpa o se largue. Como Sheehan y otros han apuntado, el silencio para los tartamudos puede incluso tener componentes de impotencia y de muerte. Siempre aparecen resistencias visibles y encubiertas cuando proponemos este objetivo de la pausa contingente. Ocurren fuertes reacciones emocionales. Se aprecian realizaciones de la tarea superficiales y de mala gana y aquí es de gran importancia una relación saludable entre terapeuta y cliente.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Este cuadro de la reacción del tartamudo al pedirle que haga la pausa es uno de los que muchos psicoterapeutas reconocerán como indicadores de una oportunidad real de cambiar. La resistencia es normalmente una señal de que el desorden está amenazado y es vulnerable. ¡Solo pedimos que el tartamudo pare un momento después de cada tartamudeo! ¿Por qué lo encuentra tan difícil? ¿Por qué esta tormenta emocional?

El terapeuta, que entiende estas dinámicas, persiste en su fe de que el tartamudo finalmente llegará a asumir esa pausa letal después de cada momento de tartamudez y diseña un programa para ayudarlo. A menudo el terapeuta practica con pseudotartamudeos seguidos de pausas lo suficiente para que el tartamudo vea que él sí puede tolerarlas. Es de ayuda que otros tartamudos que ya han pasado por la experiencia relaten sus dificultades y sentimientos delante del grupo —y su triunfo final. Se presenta cuidadosamente la racionalidad de la pausa contingente. Excepto las reuniones de grupo y en las sesiones individuales, se omite cualquier otra terapia en este momento. Finalmente el tartamudo se enfrenta al reto y se disciplina a hacer consistentemente una pausa después de cada momento de tartamudez.

Necesidad de completar la palabra tartamudeada antes de cancelar. Hay algunos terapeutas que entrenan a sus tartamudos a parar instantáneamente a la primera percepción de tartamudeo. Por ejemplo Damste, Zwaan, y Schoenaker (1968) declaran, “La primera y más importante reacción que el tartamudo debe dominar es una reacción preventiva. Tan pronto como se instala un bloqueo, debe pararlo. Después debe darse cuenta de los medios de que dispone para producir una reacción más adecuada a la situación.” Esta pausa no es contingente con la finalización de la palabra tartamudeada sino con la primera consciencia de que está teniendo lugar. Hace mucho (Van Riper, 1958), usábamos un procedimiento similar con una respuesta “stop-go” a la percepción de la tartamudez, pero la descartamos por dos razones: refuerza los intentos a medias de palabras y los reintentos, y produce demasiadas palabras divididas. Por tanto insistimos en que una vez que el tartamudo ha comenzado a tartamudear, debe continuar hasta que la palabra completa sea pronunciada y después debe cancelarla. Vemos la esencia de la tartamudez como una ruptura temporal de la palabra (Van Riper, 1971). Queremos que el tartamudo aprenda a unificar esa palabra, no que la rompa parando en el momento en que sienta el bloqueo. La nueva forma de tartamudez que aprende debe seguir la secuencia motora del habla como si fuera hablada normalmente. Debe empezar con los mismos movimientos y seguir los mismos patrones motores. Aunque tengan lugar distorsiones, ciertos sonidos o transiciones se prolonguen, al menos las características secuenciales de la palabra normalmente hablada son llevadas a cabo. Por esto es por lo que *no queremos* que nuestros tartamudos usen una forma de repetición silábica (*bounce*, como en rebotes) cuando cancelan, y porque preferimos la cámara lenta al pronunciar, la secuenciación prolongada es nuestro comportamiento objetivo cuando el tartamudo hace el nuevo intento tras la pausa. Si hemos de esperar que la transferencia tenga lugar, al menos aproximémonos a los patrones temporales del habla normal.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Buscamos que el tartamudo utilice la pausa de manera consistente, no solo en las sesiones clínicas sino también en la comunicación diaria. Esta consistencia no implica por supuesto un criterio del 100% de perfección. No es razonable por fragilidad humana y por la extensa historia del tartamudo de prisas compulsivas y huidas del momento de tartamudeo. De acuerdo con esto fijamos mayores criterios de realización en las sesiones individuales y de grupo que en las extraclínicas, pero insistimos que la pausa contingente sea usada en cierto grado en todas las ocasiones incluso aunque exista miedo y estrés. De nuevo intentamos fijar subobjetivos razonables de cuotas de pausas contingentes, y, a medida que progresa, incrementar la consistencia de uso. Preferimos no fijar cuotas generales para todo el grupo sino adaptar la tarea al tartamudo individual teniendo en cuenta su habilidad y vulnerabilidad. Y, como siempre, usamos los informes de las sesiones individuales para ventilar sentimientos y facilitar el autoconocimiento.

Uso de la pausa para calmarse. Tan pronto como el tartamudo adquiere cierta consistencia en parar después de un momento de tartamudeo, le pedimos que use la pausa como una oportunidad para calmarse y para comenzar la siguiente frase lentamente, en lugar de rápidamente. Esto es muy difícil al principio, pero a base de aprobaciones programadas y otros refuerzos, al final es capaz de conseguir el objetivo al menos ocasionalmente y en ocasiones con sorprendente frecuencia. Hemos experimentado con el uso de varias formas de relajación general en el entrenamiento de esta pausa post-tartamudeo pero no lo hemos encontrado más exitoso que el simple hecho de pedir al tartamudo que intente estar lo más clamado posible. Habitualmente usan algunas autosugestiones verbales y una lenta exhalación. En cualquier caso este entrenamiento en la pausa calmada es efectiva a la hora de alargar la duración de la pausa contingente. Remarquemos que es importante que la pausa después del momento de tartamudeo sea lo suficientemente larga —un mínimo de tres segundos— para que tenga el impacto deseado.

La mayoría de los tartamudos tienden al principio a hacer la pausa demasiado corta, casi una pequeña duda. Bien puede ser que el tartamudo acorte la pausa contingente porque siente la presencia de reacciones de inhibición. Una vez que la respuesta ha sido completada, parece haber un corto intervalo de tiempo en el que esa respuesta no puede ser evocada de nuevo. Vemos esto claramente en el reflejo inmediato de la rodilla, pero también en muchas otras respuestas. Si el tartamudo dice de nuevo la palabra tartamudeada inmediatamente después de haberla terminado, a menudo lo hará fluidamente. Si espera un poco más, la reacción de inhibición desaparecerá, y tartamudeará de nuevo. Una explicación alternativa a este fenómeno es que el miedo específico del tartamudo a tartamudear en esa palabra en particular ha sido satisfecho por la exhibición de tartamudez, y necesita algo de tiempo para volver a rearmarse. La necesidad de apurarse podría deberse también a la extrema necesidad del tartamudo de comunicarse; en parte para evitar la desagradable proximidad de la incomodidad verbal, pero también debido a su distorsión subjetiva del tiempo. Muchos experimentos han demostrado que el tiempo en silencio parece más largo que el relleno con palabras. Solo le pedimos al tartamudo que *pare y espere unos pocos segundos* pero los tartamudos casi siempre sobreestiman la duración de la pausa y sobreestiman la duración de sus momentos de tartamudeo. Un bloqueo de dos

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

segundos parece para ellos varios minutos; cinco segundos parece la eternidad. De acuerdo con esto, hemos encontrado muy útil hacerles comprobar el tiempo de sus tartamudeos con un reloj —y también cuánto dura la pausa posterior. (Uno de nuestros tartamudos midió sus pausas contingentes en medidas de “hipopótamo.” Una pausa de tres segundos era aquella en la que podía decirse a sí mismo la palabra hipopótamos en tres ocasiones. Una vez informó que había tenido al teléfono un bloqueo de siete hipopótamos, y después hizo una pausa de sólo uno.) En todo caso hemos encontrado que este estadio de la terapia es una buena oportunidad para ayudar al tartamudo a que sea más objetivo con su dimensión del tiempo.

Hemos descubierto que aunque es muy difícil para los tartamudos relajarse *antes* o *durante* el momento de tartamudez, es más fácil que esto ocurra justo después. Como ya hemos indicado, esto puede ser debido a una reacción de inhibición en la que la fuente de tensión que se ha producido no ocurre de nuevo durante un corto intervalo; o puede deberse a la reducción de ansiedad que muchos investigadores (Wischner, 1952; Sheehan, 1958) dicen que se produce cuando la amenaza de tartamudez ha sido corroborada y el momento de anormalidad ya ha pasado. Sea cual sea la razón, los tartamudos parecen calmarse más fácilmente en el periodo post-tartamudeo que durante su anticipación u ocurrencia.

Lo que también parece importante es que mediante este entrenamiento el tartamudo llega a darse cuenta que no tiene porqué entregarse ciegamente a su compulsiva tendencia a negar, ignorar, suprimir, y huir de cada bit de comportamiento tartamudo. Puede confrontarlo, aceptarlo y quizá aprender algo sobre él. Para la sorpresa del tartamudo, la mayoría de los oyentes reaccionan más favorablemente a la pausa contingente (especialmente si la actitud del tartamudo es de calma y aceptación) que a la manera como habitualmente reaccionan a las rupturas de fluidez. Como han apuntado hace mucho Bryngelson, Chapman y Hansen (1944), los oyentes perciben las reacciones de los tartamudos a su propia tartamudez y tienden a evaluar el desorden de la misma manera que él lo hace. Si sus reacciones indican que está avergonzado o apurado, ellos tienden a aceptar también esa evaluación. Por otro lado, si sus reacciones a un momento de tartamudeo muestran poco desagrado, el oyente pronto compartirá ese juicio. Dentro de unos límites, el tartamudo puede moldear las reacciones de su oyente y de esta manera ahorrarse el rechazo. A medida que los tartamudos comienzan a insertar esas pausas después de los momentos de tartamudez mientras permanecen relativamente calmados y sin vergüenza, encuentran mucha más aceptación de la que esperaban. Esto en si mismo es refuerzo ya que disminuye la amenaza y decrementa la cantidad de tartamudez. Es más, como esas actitudes de la audiencia más favorables y el incremento de la fluidez ocurren cuando tiene lugar la pausa contingente, los tartamudos descubren que su uso no solo es tolerable sino también ofrece recompensa.

Llenado la pausa. El siguiente paso del entrenamiento en cancelación requiere que el tartamudo haga algo más positivo durante la pausa, y no meramente intentar calmarse. Le pedimos ahora que rellene la pausa con dos comportamientos específicos. En primer lugar, que duplique en pantomima una versión reducida del tartamudeo que acaba de sufrir y, en

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

segundo lugar, que ensaye una versión *modificada* de ese comportamiento. Solo cuando haya hecho ambas es libre de seguir hablando.

¿Por qué procedemos de esta manera? ¿Por qué tartamudear de nuevo en pantomima? ¡No ha sido ya suficiente por una vez! Estas preguntas siempre aparecen en este momento y de nuevo los tartamudos se resisten a nuestra guía. Le explicamos cuidadosamente que un comportamiento como la tartamudez, tan altamente automatizado, necesita ser traído a la consciencia más vívida si queremos debilitarlo y cambiarlo. Es difícil controlar o modificar aquello que se rechaza o ignora. Duplicando el comportamiento anormal en pantomima, el tartamudo se vuelve altamente consciente de cuán inapropiada ha sido su realización motora. Haciendo una versión reducida, se iluminan las características más prominentes del comportamiento de manera que pueden servir como estímulos discriminatorios y señales de error cibernético. En definitiva, repitiendo el comportamiento, el tartamudo confronta sus estrategias maladaptativas y confronta objetivamente su desorden. Para el oyente será claro que el tartamudo está llevando a cabo esta confrontación porque la pantomima lo hace obvio —y, que interesante, la mayoría de los oyentes lo consideran con respeto. Parecen darse cuenta que el tartamudo que para y saborea la palabra en la que acaba de tener dificultades está tratando de hacer algo en relación con su impedimento, que no es una mera víctima impotente, arrastrada sin remedio por su tartamudez. Todos respetamos a una persona que intenta manejar su discapacidad incluso aunque tenga problemas para hacerlo. Nos apiadamos, o simplemente nos alejamos, de aquellos que se limitan a sufrir.

Pero hay más razones. El tartamudo pronto se da cuenta que esa lucha ciega y aleatoria y esos elaborados rituales de evitación y disimulo no le ayudan a progresar en la comunicación. De hecho, cuanto más luce, o cuanto más complique sus mecanismos de evitación, tanto más tardará en liberarse de ellos para continuar hablando. Cancelando se da cuenta de ello porque duplica estos procedimientos antes de seguir. Así, el castigo se ajusta al crimen. Es más, este programa de reduplicación y ensayo en pantomima se percibe inicialmente como altamente aversivo. No necesitamos shocks eléctricos o ráfagas de ruido a 100dB para reducir la frecuencia de la tartamudez. Esos estímulos aversivos son muy artificiales. ¿No es mejor, si vamos a emplear técnicas de condicionamiento operante, usar algo más apropiado, la reduplicación de la tartamudez misma?

Pero lo más significativo de todo es que, cancelando de esta manera, la continuidad comunicativa se hace contingente a la *revisión* del comportamiento tartamudo. El tartamudo no puede seguir hasta que repita, revise y modifique su tartamudeo. Los comportamientos específicos que resultan más reforzados son los inmediatamente anteriores a esta libertad de continuar hablando, es decir, el ensayo de una manera mejor de tartamudear, una que pueda ser progresivamente programada hacia la pronunciación fluida. Así, es la revisión, más que la pausa, la que resulta reforzada. Lo que deseamos de corazón es que el tartamudo reaccione a la expectativa o la experiencia del bloqueo comunicativo de una manera más apropiada. Si la libertad de continuar hablando se hace contingente al desplazamiento desde una manera de comportarse a otra nueva, reforzamos ese cambio y

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

también el intento de revisión. También, desde otro punto de vista, el tartamudo toca de nuevo lo que tanto teme, pero en condiciones de ansiedad reducida.

Hemos tenido a algunos tartamudos reduplicando el comportamiento tartamudo tantas como 20 veces hasta que la emoción desaparecía del frío acto motórico. Se invoca por tanto el principio de la práctica negativa, aunque ocurre después del tartamudeo, y no en lugar de él. La técnica requiere exponer el sujeto al estímulo negativo pero sin posibilidad de escapar; debe, por tanto, adaptarse. Pero el efecto principal se debe a la reexperimentación del comportamiento traumático original en pantomima, con parecido solo parcial al malestar original. El tartamudo llega a sentir esta forma de cancelación como otra herramienta de desensibilización. Además, no debemos olvidar que el uso exitoso de la reduplicación y el ensayo es seguido por la aprobación del terapeuta y otros refuerzos positivos, con un efecto reductor de la ansiedad.

Si consideramos el proceso desde el punto de vista del aprendizaje cognitivo, nos encontramos con el aprendizaje de una serie de estrategias de enfrentamiento al hecho del tartamudeo. Siguiendo la revisión pantomimada del viejo comportamiento, el tartamudo intenta deliberadamente una nueva forma de pronunciar la palabra temida. Se proporciona así una nueva oportunidad para probar un nuevo enfoque. Tiene tiempo de planear su revisión. De hecho se le pide que lo haga si quiere substanciar algún cambio.

¿Qué es lo que el tartamudo hace de hecho después de la primera pantomima del comportamiento tartamudo anterior, en la que ensaya una manera mas adecuada e tartamudear? ¡No es la palabra dicha suave y normalmente! En lugar de ello, es un ensayo pantomimazo altamente consciente, deliberado, a cámara lenta, de la secuencia motórica que contiene la palabra. Debe asegurarse que la inicia con la postura articular correcta y que se desliza suavemente de un movimiento al siguiente. Debe intentar *sentir* vivamente los sucesivos movimientos y contactos que contiene la palabra. Los contactos no deben ser anormalmente tensos; los movimientos deben ser lentos pero potentes. Mientras el tartamudo realiza esta segunda pantomima, será obvio para el oyente que el hablante no solo ha reconocido la anormalidad que ha exhibido, sino también que está ensayando una mejor manera de pronunciar la palabra. No obstante, en este estadio de la terapia, el tartamudo nunca dice la palabra en voz alta. Ya vendrá después. En este momento solo buscamos construir el modelo de la cancelación abierta que pronto usará.

Una vez que el tartamudo ha sido capaz de responder consistentemente a sus momentos de tartamudez con la doble pantomima, le hacemos replicar el ensayo en voz muy baja, un susurro casi inaudible con flujo de aire. Esto es especialmente importante en los tartamudos tipo novocalizantes, de Quarrington y Douglas (1960), pero también es válido en el resto de los casos porque proporciona la pequeña transición necesaria antes de la cancelación en voz alta.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Aspectos cibernéticos de la cancelación.

Desde un punto de vista cibernético en seguida se hace aparente que con la cancelación estamos concentrando la atención en la búsqueda, la comparación, intentando variar la salida del mecanismo de regulación. La pausa le da al tartamudo tiempo para escrutar las peculiaridades del comportamiento tartamudo en términos de su parecido con la pronunciación normal. También le da el tiempo para buscar, variar, “cazar” una manera mejor de hablar. En un sentido muy real estamos intentando establecer un proceso de autocorrección que esperamos llegue a ser automático. También, con el uso de la pantomima y el susurro, enfatizamos la propiocepción más que la realimentación auditiva o visual.

La cancelación abierta.

Cuando el tartamudo ha conseguido responder a los momentos de tartamudez de esta manera nueva con consistencia, nos movemos hacia el paso final de la cancelación. El objetivo es hacer algo más de lo hecho hasta ahora, aunque la tarea está de nuevo fundada sobre lo que anteriormente se ha conseguido. Hasta este momento, recordemos, no le hemos pedido al tartamudo que diga la palabra tartamudeada de nuevo en voz alta antes de continuar. Primero la sigue de una pausa en la que intenta calmarse; después, aprende a pantomimar o a susurrar suavemente el tartamudeo original y la revisión subsiguiente. Esto se ha hecho en relativo silencio. Ahora eliminamos progresivamente la pantomima y le pedimos que solo haga la pausa y después diga de nuevo la palabra tartamudeada pero esta vez en voz alta. Repitamos una vez más que no debe decirla normalmente. Preferimos que en lugar de ello use un tipo de pronunciación fuerte y deliberada, a cámara lenta, en la que la secuencia motora de los componentes de la palabra se realiza lenta y controladamente. Un oyente sabrá inmediatamente al oír esa cancelación que el tartamudo ha reconocido su error y está corrigiéndolo con cuidado. Esto es fácil de demostrar pero es un poco difícil de explicar con palabras. Los tartamudos se dan cuenta enseguida que se parece a los tartamudeos fluidos que ocurren ocasionalmente en su habla. La palabra cancelada no ha de sonar como si se dijera normalmente. Es más lenta, más fuerte, hablada más lenta y conscientemente. Aunque este modelo puede contemplarse como el objetivo final, no es el único criterio de éxito a medida que el tartamudo aprende a cancelar. Al principio es muy aceptable que algunas características del tartamudeo inicial vuelvan a aparecer —algunas, *pero no todas*. No es necesario que la revisión sea perfecta; solo que ocurra. En realidad, al principio hasta preferimos que tenga algo de parecido con el tartamudeo anterior, pero siempre con alguna diferencia significativa. El reintento siempre debe contener menos anormalidad. No queremos una pronunciación automática fluida en la cancelación. Los tartamudos a menudo pueden y prefieren decir la palabra fluidamente de nuevo sin más. Pero lo que nosotros buscamos son modelos de tartamudeo más fluentes, mejores maneras de enfrentar la amenaza o la ocurrencia de la tartamudez. Queremos que el tartamudo aprenda nuevas y mejores maneras de responder cuando teme o siente un fracaso en la fluidez. A través de la cancelación, pone estos nuevos modelos en su boca.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Moldeado.

Por tanto hemos encontrado adecuado diseñar series de aproximaciones sucesivas en las que el tartamudo puede trabajar secuencialmente en estas cancelaciones abiertas. Cada tartamudo tiene su propio conjunto de series. Al principio, cuando dice la palabra en voz alta, por ejemplo, puede revisar meramente la posición anormal de la boca con la que atacó la palabra y trabaja en este tipo de cancelación hasta que la domina en diversos ambientes. Después, al repetir la palabra, puede añadir el control de su cierre de ojos y la suavización del temblor. Después puede añadir una apertura de la mandíbula más lenta desde la consonante inicial hacia la vocal siguiente. Al final, simplemente dice la palabra muy cuidadosamente de la forma que hemos descrito. A menudo es necesario programar algunas de las primeras formas de cancelación —solo la pausa silenciosa, las dos pantomimas o ensayos susurrados— en este estadio de la terapia. Para algunos tartamudos prescribimos todos los pasos uno a uno antes de que pueda decir la palabra en voz alta. Incluso podemos añadir un paso extra, el uso de vocalizaciones suaves después del susurro. Esto significa una larga pausa, pero bastan unas pocas experiencias de este tipo para poner el énfasis en el punto necesario: el acto de revisión. Esto clarifica lo que el tartamudo ha hecho y lo que debe hacer. A medida que el tartamudo va completando cada uno de los sucesivos pasos de la cancelación, esto le proporciona un fuerte refuerzo de manera similar a como un psicólogo del condicionamiento operante moldearía el comportamiento de un conejillo de indias, pero con la diferencia de que el tartamudo sabe desde el principio el propósito del proceso y se le ha dado un mapa con la ruta de las sucesivas aproximaciones que llevan al objetivo del tartamudeo fluido. Dividiendo la modificación del tartamudeo en distintas fases, y empleando el momento justo después de que el bloqueo haya tenido lugar cuando la emotividad ya ha decrecido, vemos como el tartamudo aprende rápidamente nuevas y mejores respuestas ante los estímulos que anteriormente disparaban un comportamiento mucho más anormal.

Los beneficios de este entrenamiento en cancelación son difíciles de sobreestimar. Hemos visto a muchos tartamudos que, llegados a este punto, necesitaron poca terapia más. Una vez que ha aprendido con la cancelación otras maneras mejores de tartamudear aplican inmediatamente este nuevo conocimiento cuando experimentan o esperan disrupción. La habilidad para continuar hablando genera un potente refuerzo de efecto acumulativo que a menudo desemboca en un dramático descenso de la frecuencia y severidad del tartamudeo. El tartamudo necesita domar al dragón no una, sino muchas veces. Cada vez que tartamudea tiene una nueva ocasión para ello. Tiene una sensación nueva de autocontrol y autoestima. Ha aprendido que no necesita abandonarse desesperadamente cuando las situaciones o palabras temidas aparecen, que no necesita luchar sin sentido. Ahora hay algo específico que puede hacer y esto en sí mismo es un contracondicionador de la ambivalencia y el pánico. Cada cancelación es una franca admisión de la tartamudez; no hay negación, no hay disimulo que deje el residuo de la culpa. Su auto-concepto, antes fracturado, cierra filas y queda completo. Es un tartamudo que obviamente intenta confrontar su desorden y manejarlo y, como consecuencia, las respuestas de sus oyentes ya no resultan tan punitivas. En muchos aspectos, el círculo vicioso de la tartamudez comienza a hacer aguas. Ya no se auto-regenera automáticamente.

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

La cancelación sirve como vehículo de un tipo de psicoterapia que hemos encontrado muy efectiva. Quizá Bloodstein (1969) lo exprese mejor:

La cancelación, por ejemplo, puede considerarse una forma básica de terapia de auto-confrontación y, cuando el tartamudo hace uso de sus bloqueos como oportunidades para controlar sus miedos, actitudes negativas e iniciaciones anormales de las palabras y sonidos, puede compararse con un neurótico que toma la responsabilidad por su comportamiento maladaptativo en el curso de un proceso terapéutico.

Modificación del tartamudeo durante su ocurrencia.

Pull- outs.

Una de las curiosas observaciones que hemos hecho en relación a nuestro tratamiento de la tartamudez es que la modificación del tartamudeo que se arpende en cancelación tiende a progresar en el tiempo hacia el momento *durante* el cual tiene lugar el tartamudeo mismo. Lo que ocurre es que el tartamudo deja de esperar a que el tartamudeo haya ocurrido y la palabra ha sido finalmente dicha, e intenta corregir antes los comportamientos inapropiados. Descubrimos al tartamudo aplicando lo que ha aprendido *tan pronto como se da cuenta de que está en el medio de una fractura de fluidez*.

Al igual que con la palabra cancelación, no poseemos definición para la palabra “pull-out”¹. Fue inventada por los mismos tartamudos que así etiquetaron la manera que tenían de responder a la experiencia del tartamudeo, en lugar de usar las antiguas reacciones de lucha y evitación. Como dijo uno de ellos: “Me he cansado de esperar impotente hasta que el bloqueo siga su propio curso y la palabra salga de una vez. Ahora sé que hago lo que hago y que unas son cosas con sentido y otras no. Puedo elegir cuales hacer cuando me bloqueo. Ahora intento hacer aquellas cosas que tienen sentido y he aprendido mucho de ellas con la cancelación. Ahora intento salir del bloqueo sin lucha. Facilitarlo.”

No obstante, no nos fiamos solamente de esta auto-corrección automática. Necesitamos formas de enseñar esta “facilitación del bloqueo”, enseñar un desarrollo menos anormal de la disfluencia de manera que el tartamudo sepa claramente lo que puede hacer. Aunque la cancelación siga siendo usada en cualquier ocasión que tartamudee y no

¹ Sheehan (1970) ha usado la palabra “slide” para etiquetar un comportamiento parecido al pull-out. No obstante afirma que el slide no debe ser usado en palabras temidas o en aquellas en las que la tartamudez ya ha aparecido porque se emplea sobre todo para demostrar la aceptación del rol tartamudo. Gregory (1968) ofrece esta definición: “Pull-out consiste en que la persona no permita que el bloqueo siga su curso, sino modificar el comportamiento al decir la palabra. De nuevo, el refuerzo de la respuesta tartamuda maladaptativa disminuye y la adaptativa se refuerza.”

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

haga nada en el medio del tartamudeo, ahora el énfasis terapéutico se desplaza a un nuevo objetivo —la modificación del tartamudeo *durante* su ocurrencia. Es más, como ayuda motivadora, sugerimos al tartamudo que, cuando haga un intento real de pull-out, no es necesario que haga la cancelación.

En las primeras fases de este estadio de pull-out, recompensamos cualquier intento de modificar los antiguos comportamientos tartamudos estereotipados si el cambio tiene lugar antes de que la palabra haya sido terminada. Después, mediante un proceso de moldeado, programamos nuestros refuerzos de manera que el tartamudo sea llevado por aproximaciones sucesivas que finalmente culminan en el tipo de pronunciación que el tartamudo ha aprendido en la fase final de la cancelación, léase la que se denomina “tartamudez fluida a cámara lenta,” una forma que se transfiere fácilmente al habla normal. Como hemos dicho, intentamos dividir el proceso de modificación en pasos pequeños para estar seguros de que el tartamudo satisface unos criterios de consistencia razonables en cada nivel, antes de moverse al nivel siguiente. Si esto es condicionamiento operante, bienvenido sea.

Pull-out de las fijaciones repetitivas. En nuestras consultas fijamos conjuntamente una serie de subobjetivos para ayudar al tartamudo a salir de sus fijaciones o repeticiones silábicas. En primer lugar, estructuramos la tarea como un proceso de búsqueda. El tartamudo prolonga deliberadamente lo que hace y lo usa como el foco central o la base de despegue desde la que explora nuevas maneras de temporizar e integrar las transiciones del movimiento necesarias. Así, alguien que se encuentre con la boca enquistada hacia la izquierda prolongando la ‘w’ de la palabra “woman” podría en primer lugar prolongar voluntariamente esta postura anormal, después desplazarse poco a poco hacia otra postura más normal y no intentar decir la palabra hasta que esta postura normal haya sido conseguida y estabilizada. *No para y lo intenta de nuevo.* Continúa con el comportamiento inicial y lo modifica. Por ejemplo, si, tratando de decir la palabra “can” se encuentra con su lengua curvada y apretando los dientes superiores, mantendrá primero este inapropiado contacto hasta que sea consciente de lo que hace y después, lenta y voluntariamente, cambia esa postura lingual anormal hasta conseguir otra que haga posible la producción del fonema. O, en la pronunciación de “thank you”, el flujo de aire está completamente bloqueado por la lengua en el fonema “th”, busca y caza hasta que el rígido contacto se libere y el flujo de aire retorne; solo después probará un intento de habla lento y suave. Si sus labios están firmemente cerrados al principio de la palabra “money”, puede variar la tensión del contacto hasta que busca y encuentra una manera más normal de iniciar la palabra. O, cuando el tartamudo se encuentre prolongando el silbido de la primera s en “Saturday” continúa variando las características motóricas de esa ‘s’ hasta que encuentre las que se ajustan y preparan el siguiente fonema, en lugar de elegir la postura que prepare la vocal schwa. Así, busca y caza; intenta una variación tras otra, siempre intentando ajustar, como un radar, hacia la diana propioceptiva.

Para dar otro ejemplo específico, en las palabras que comienzan con una mezcla, como ‘fl’, un tartamudo podría preguntarse cómo salir del bloqueo en la palabra “flower”.

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

De repente se encuentra en una larga prolongación del sonido 'f', pero es una f aislada, que solo produciría la sílaba 'fu'. Comienza a buscar y finalmente descubrirá que debe levantar la lengua a la posición del sonido 'l', el segundo componente del conjunto, y solo cuando haya conseguido el uso conjunto y simultáneo de la formación labiodental y ligo-alveolar tendrá oportunidad de producir esa primera sílaba. En las palabras que comienzan con 'h', como "he" el tartamudo descubrirá que su boca está dispuesta para producir la vocal schwa. Comienza a buscar y encuentra que si moldea su boca hacia la vocal 'i', no necesita seguir prolongando la exhalación de la 'h' inarticulada. Apresurémonos a decir que pocos tartamudos analizan lo que hacen en estos términos. No necesitan ser expertos en fonética pero necesitan buscar inteligentemente, en lugar de aleatoriamente, por las necesarias coarticulaciones y sincronizaciones si no quieren seguir cazados en medio de sus fijaciones.

En este sentido son interesantes los estudios de Mainer y sus estudiantes (1952). Descubrieron que cuando las ratas y otros animales se someten a una situación frustrante, desarrollan un tipo de comportamiento rígidamente estereotipado caracterizado por fijaciones anormales y que estas fijaciones persisten a pesar de su inadaptabilidad, aun y cuando se retire la aplicación del castigo. Maier encontró no obstante que podía curar a sus ratas de estas fijaciones anormales a base de "prevenir al animal de la práctica de la respuesta fijada y, al mismo tiempo, llevando al animal de la mano hacia la postura correcta." Aunque podemos llevar a la mayoría de nuestros tartamudos a que corrijan lentamente las fijaciones dándoles modelos y direcciones, algunas de esas fijaciones son tan compulsivas y fuertes que puede ser necesaria al principio la manipulación directa de las mandíbulas y los labios. En esto seguimos los principios del entrenamiento motosinestésico (Young, 1965).

Pull-out de los temblores. Parte de la compulsión asociada a las fijaciones se debe a la presencia de temblores que las acompañan, localizados en las estructuras articulatorias que producen el fonema. Así, para los sonidos labiales, son los labios los que tiemblan; para los linguodentales, serán la lengua o la mandíbula los que sufran vibraciones. El tartamudo, en su ingenuidad, intenta romper estos temblores parando y empezando de nuevo, o usando un súbito aumento de tensión, o con sacudidas de cabeza o mandíbula, jadeos u otros tipos de mecanismos de interrupción. Ocasionalmente estos mecanismos parecen tener éxito y rompen los temblores, permitiendo que la palabra sea pronunciada. Este refuerzo intermitente es muy potente. Un examen de los registros electromiográficos de estos interruptores nos ha demostrado que, cuando tienen éxito, se debe a un potente movimiento de las articulaciones a distinta frecuencia que las vibraciones, rompiendo e esta manera el ritmo de los temblores (que, de media, son 7 u 8 por segundo Welsh, 1970; Fibiger, 1971; Basili, 1971). No obstante, encontramos otras maneras de terminar los temblores. Declinan en amplitud y se desaceleran justo antes de que la palabra sea finalmente pronunciada.

Creemos que no debemos de ninguna manera recomendar el uso de sacudidas fuera de fase o reintentos, así que procuramos encontrar maneras para que el tartamudo salga de los temblores a base de suavizarlos y desacelerarlos voluntariamente una vez que sienta que

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

el temblor ha comenzado. A veces le sugerimos que inicie los temblores voluntariamente en alguna otra parte de su cuerpo, que ponga su pierna a temblar o sus dedos cuando presiona algún objeto, y después que intente desacelerar esos temblores y decrementar su amplitud antes de terminarlos. Después, le pedimos que, *voluntariamente*, ponga su mandíbula, sus labios y su lengua a temblar y que los termine de la misma manera. Después le pedimos que cree temblores y los extinga en las posturas articulatorias de los primeros sonidos de palabras no temidas, y finalmente que haga lo mismo con palabras temidas. Le ayudamos a analizar como se inicia su tartamudeo, como empieza con una postura anormal o una fijación, como empieza súbita y balísticamente, y lo importante que este súbito aumento de tensión es en la iniciación del tartamudeo. Le pedimos al tartamudo que explore maneras de variar estos factores iniciadores. Normalmente aprende a comenzar despacio, facilitar la pronunciación de la palabra o el sonido temidos, y hacerlo sin el súbito incremento de tensión. Con esta experimentación el tartamudo aprende que los temblores también son modificables e incluso que pueden prevenirse.

Quizá un informe real de terapia puede ilustrar esto (Van Riper, 1968):

Hoy ha sido un día muy interesante. He intentado fingir temblores de manera que pueda aprender una manera de controlarlos y terminarlos sin necesidad de tanto control como antes. Es interesante como aparecen los antiguos manierismos, intentos de escape, cierres de labios, y súbitos movimientos de mandíbula. En lugar de intentar evitar estas tendencias, he tenido doble dosis de ellas.

Estoy contento de que hoy haya ocurrido esto porque me ha dado mucha información de lo que ocurre cuando se producen estos temblores. Creo que he aprendido a superar los temblores con relajación e integración.

Las dos cosas que desactivan los temblores son las secuencias de “temblor-suavización-temblor-suavización” y hacer la tartamudez más fácil. A veces estas dos cosas degeneran a un temblor real. Es interesante observar que no he sido capaz de completar la cuota de integración de las palabras. Sé que necesito una fuerte dosis de integración. Lo que voy a hacer mañana es seguir cada secuencia de temblor-suavización con una pronunciación voluntaria y super-integrada de la misma palabra. También intentaré hacerlo después de la frase en la que tenga un momento de tartamudeo fácil.

No es posible sobrevalorar la importancia de la modificación de los temblores en el tartamudo adulto. Los temblores parecen residir en el mismo corazón del sentimiento de bloqueo. Son involuntarios, parecen incontrolables. Son perseverantes. El sueco Fibiger (1971) ha demostrado que, cuando los temblores son de gran amplitud, inhiben la fonación, y que, antes de que esta pueda tener lugar, es necesario un lapso de al menos una décima de segundo sin temblores. Esta traducción de un párrafo en francés de Lennon (1962) también resalta su importancia:

Cuando el tartamudo intenta decir una palabra difícil, a veces tendrá temblores en los labios, mandíbula u otras estructuras articulatorias. Aunque estos temblores se

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

parecen a algunos típicos de desórdenes cerebrales, en realidad están causados por la excesiva tensión de los músculos cuando el tartamudo intenta decir la palabra. Estos momentos de temblor le parecen mucho más largos de lo que en realidad son. Cree que hay alguna fuerza externa que le controla sobre la que él no posee voluntad.

Una vez que el tartamudo aprende a escapar de los temblores sin tener que parar e intentar de nuevo, o sin hacer sacudidas, o sin un incremento súbito de tensión, sino a base de decrecer la amplitud y desacelerándolos, está en buen camino para dominar su dificultad. También puede prevenir su aparición a base de intentos de habla de iniciación lenta en lugar de súbita, usando contactos suaves en lugar de rígidos o posturas hipertensas, y rechazando sus anteriores pronunciaciones. Cuando se le da suficiente experiencia en suavizar sus temblores, desacelerándolos, iniciándolos y terminándolos voluntariamente, desaparece su sensación de impotencia verbal.

Liberación de los bloqueos de laringe. Una de las más molestas experiencias de los tartamudos es intentar pronunciar una palabra que empieza por vocal. A menudo, en este tipo de tartamudeo, el flujo de aire se bloquea a nivel de laringe con las cuerdas vocales cerradas rígidamente. Hemos observado como estos tartamudos intentan liberarse de estas fijaciones laríngeas. Algunos de ellos varían la tensión en el cuello, haciéndola más débil o más fuerte. O varían la postura de la cabeza y el cuello o intentan cambios motóricos que crean diferencias de tono o intensidad; inhalan y exhalan silenciosamente para liberarse del sentimiento de bloqueo. En nuestra opinión, estas búsquedas espontáneas contribuyen en gran medida a la anormalidad de la tartamudez cuando obtienen el refuerzo de la comunicación. Las sacudidas de mandíbula o los jadeos son peligrosamente susceptibles de crecer por esta razón y no recomendamos su uso a los tartamudos.

Freír la vocal. Muchos de nuestros tartamudos han descubierto que freír la vocal (intentar pronunciarla haciendo temblar exageradamente las cuerdas vocales, se parece al sonido de una freidora) puede dar una conveniente transición desde el cierre absoluto de la laringe hacia la adecuada fonación. Parece como si el tartamudo tuviese la seguridad de que, usando la vocal frita, puede suavizar y abrir su constreñida glotis. Por eso oímos la vocal temblar a menudo, justo antes de que la palabra sea finalmente pronunciada. De hecho, en la mayoría de los tartamudos, puede oírse esta vocal frita justo antes de la liberación de los bloqueos de laringe. Significa una búsqueda de fonación, normalmente intermitente, irregular e involuntaria. Cuando vemos este comportamiento, llamamos la atención del tartamudo sobre el mismo y tratamos de moldearlo hacia un método voluntario de inicio de fonación. Le sugerimos que explore lo que ocurre cuando intenta deliberadamente producir una vocal frita, para ver si puede descubrir maneras de hacerla continua y regular, en lugar de intermitente e irregular. Le pedimos que examine maneras de combinarla con la fonación auténtica.

Algunos tartamudos han desarrollado una secuencia de cinco pasos que practican como modelo de comportamiento cuando tienen un bloqueo de laringe. Son los siguientes: (1) asumir deliberadamente un bloqueo silencioso, completa fijación de la laringe con

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

temblor, intentando si es posible convertirlo en un bloqueo real; (2) desplazarse a una vocal frita intermitente; (3) desplazar la intermitencia hacia una vocal frita suave, regular y continua; (4) desplazar hacia la vocal frita combinada con fonación; (5) desplazar finalmente hacia la fonación sin freír la vocal, e intentar la palabra desde este último paso. Una vez que esta progresión ha sido repetida durante el pseudotartamudeo con precisión, el tartamudo aplica lo mismo en los bloqueos de laringe verdaderos. Es un proceso de aprendizaje. Es una búsqueda de fonación integrada que puede ser facilitada por el terapeuta proporcionando modelos y refuerzos contingentes para dominar cada paso de la secuencia.

Lo que normalmente ocurre es que la secuencia se hace previsible a medida que se aprende. El tartamudo aprende que no necesita completar todas los pasos de la secuencia, puede omitir en primer lugar la segunda (los conjuntos intermitentes de vocal frita) y después tanto el segundo como el tercer paso. Explorando el terreno encuentra un mejor camino hacia la fonación y finalmente toma la ruta más directa. Es fascinante observar a estos individuos buscar la integración de la fonación y finalmente encontrarla. Preferimos, si es posible, que los tartamudos descubran por sí mismos estas cosas sin ayuda pero hay algunos que necesitan mapas y modelos. De una manera u otra, los tartamudos deben aprender a salir de sus fijaciones y algunas veces necesitan nuestra ayuda. Raramente decimos “Hazlo así.” En lugar de ello lo hacemos preguntas sugerentes, ofrecemos algunos comentarios sobre su comportamiento, le damos pistas sobre la dirección correcta de las variaciones, esperando que un día llegue con la expresión del descubrimiento en sus ojos y nos enseñe los trofeos que ha recogido de su caza.

En relación con esto, deseamos decir que hay muchas rutas de un lugar a otro, desde las fijaciones iniciales a los intentos de habla bien integrados. No hay ninguna característica especial en esta técnica de la vocal frita. Algunos tartamudos han descubierto que pueden liberarse de la constricción de su laringe iniciando el flujo de aire antes o moviendo lenta y deliberadamente la mandíbula desde una posición de reposo hacia la postura requerida para pronunciar la vocal. Algunos de ellos descubren que relajando algún punto focal de tensión que sirve como disparador del cierre o del temblor ayuda a abrir la vía de aire que facilita la fonación. Hay más formas. Lo que es importante es que el tartamudo haga esta búsqueda y caza de manera deliberada y voluntaria.

Liberación de los comportamientos clónicos.

Hasta aquí hemos discutido los pull-outs para los bloqueos y los cierres de laringe. ¿Qué puede hacer el tartamudo cuando se encuentra en un momento de repetición clónica persistente? ¿Como puede evitar reverberar automáticamente una y otra vez sobre la misma sílaba inapropiada que ya ha pronunciado? Hemos estudiado muchos registros electromiográficos de los tartamudeos clónicos buscando la respuesta a estas cuestiones. Hemos intentado observar cuidadosamente qué ocurre cuando estas repeticiones silábicas terminan en la esperanza de encontrar algunas claves. Aunque la investigación principal

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

todavía no se ha hecho, parece probable que estas formas compulsivas de tartamudeo clónico son el resultado de un fallo de algún servosistema sobrecargado. Los sistemas cerrados pueden derivar en oscilaciones de muchas maneras y por muchas causas, y una vez que han comenzado a reverberar, las oscilaciones se hacen casi auto-alimentadas. Nuestro problema es encontrar una manera de recobrar el control sobre ellas.

Intentado saber lo que los tartamudos hacen cuando paran estas repeticiones hemos encontrado distintas reacciones. En primer lugar, introducen cambios en la velocidad con la que se producen las repeticiones silábicas; normalmente se vuelven irregulares y más lentas justo antes de terminar. Mas raramente es un súbito conjunto de repeticiones muy rápidas lo que caracteriza el momento crítico en que terminan. El descubrimiento significativo es que puede ser útil alguna variación en el ritmo de la pronunciación silábica durante la tartamudez clónica. Hemos incorporado esto a nuestra terapia. Existen además otros fenómenos que también tienen lugar justo antes de la liberación de estos tartamudeos perseverantes. Los registros electromiográficos muestran marcadas variaciones en el movimiento de los grupos de músculos antagonistas. En los registros fonográficos aparecen cambios de formato de las sílabas tartamudeadas en el momento crítico en que las repeticiones se acaban. Es más, mientras las repeticiones clónicas tienen lugar, estos cambios parecen ir acercándose poco a poco a las características de la pronunciación normal. En algunos momentos de estas largas series de repeticiones el tartamudo parece de repente casi encontrar el patrón que necesita —casi, pero no. Cuando esto ocurre, las repeticiones sufren una variación momentánea y vuelven al bucle otra vez, hasta que finalmente, en uno de estos intentos, los patrones de sincronismo se ajustan y el tartamudeo termina. Observando estas variaciones en los impulsos de los músculos antagonistas (que son aparentemente automáticos) nos preguntamos si sería de utilidad intentar estas variaciones voluntaria y conscientemente. Finalmente descubrimos que algunos de estos tartamudeos clónicos solo terminaban cuando derivaban hacia una prolongación. ¿Podríamos usar esto en terapia? Pedimos a los tartamudos que explorasen estas posibilidades.

En general, de nuevo vimos que los tartamudos usaban diferentes maneras de terminar voluntariamente los bloqueos clónicos. Algunos de ellos lo conseguían cuando desaceleraban la velocidad de la producción silábica y especialmente cuando intentaban cambiar la vocal schwa por la apropiada. Esta parecía ser la mejor técnica para la mayoría de ellos. Los tartamudos controlaban las repeticiones y las cambiaban de formato. Por ejemplo, diciendo la palabra “Saturday” comenzaban con un automático e irregular “suh-suh-suh-suh,” después desaceleraban la velocidad de manera que pasaban a “suh..... suh..... suh.....suh” y después cambiaban la vocal hasta encontrar la adecuada “suh.....sih.....seh.....sae.....Saturday.” Este proceso de controlar lo incontrolable era difícil al principio para estos tartamudos clónicos. En ocasiones eran los jefes de su boca, pero al momento siguiente perdían ese dominio. Pero, después de repetidos intentos, con el objetivo de integrar la palabra muy claro en la mente y con el refuerzo y ánimo del terapeuta, los tartamudos descubrieron que no tenían por qué dejar que sus tartamudeos clónicos siguieran su propio curso. Aprendían que podían modificar las repeticiones y

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

moldearlas apropiadamente. Con cada éxito, se hacían más y más eficientes y pronto se hacían cargo de la situación en las primeras repeticiones silábicas.

Algunos tartamudos aprendieron a terminar el reciclado compulsivo de la sílaba a base de desacelerar la pronunciación de las sílabas individuales mismas. Arrastraban la sílaba. A menudo las primeras sílabas se repetían rápidamente y después había un bloqueo de aire súbito; después, a medida que hacían más lenta la coarticulación de cada sílaba, se veía que el flujo de aire dejaba de estar bloqueado. Cuando la vocal schwa se convertía en la apropiada, eran capaces de integrar la palabra. No sabemos la razón por la que unos tartamudos encontraron una manera y otros otra. Raramente sugerimos un método específico. Simplemente clarificábamos el objetivo de encontrar una manera más fácil de liberarse de las repeticiones y ocasionalmente describíamos estrategias que pudiesen explorar.

Como ya hemos dicho, algunos tartamudos interrumpían la repetición convirtiéndola en una prolongación y esto les permitía un pull-out más eficiente. A menudo nos hemos preguntado si este método de prolongación explicaría por qué la tartamudez a menudo cambia de la forma clónica a la tónica durante el curso de su desarrollo. En cualquier caso, hemos encontrado muy importante el hecho de que el tartamudo se asegure de que la prolongación liberadora de repetición no contenga tensión ni temblor. Cuando los contiene, se impiden los movimientos coarticulatorios de transición y el tartamudo no sale del ciclo en el que estaba. No obstante, algunos tartamudos descubrieron que este cambio desde las repeticiones rápidas a las prolongaciones suaves y no forzadas les daba una habilidad de modificar su tartamudeo que no encontraban de ninguna otra manera. En esencia, lo que hacen con este tipo de pull-out del tartamudeo clónico es lo mismo que ya se ha explicado en los bloqueos tónicos.

Controlando lo incontrolable.

Otros tartamudos descubren procesos diferentes para liberarse de sus bloqueos o repeticiones compulsivas. En el momento en que se encuentran en medio de uno de ellos, paran al instante, lentamente, deliberadamente y conscientemente pronuncian una serie de sílabas o sonidos secuenciales que se acercan progresivamente al patrón motor estándar de la palabra que intentan decir. Es un proceso de búsqueda altamente voluntario. Hemos visto a uno de ellos parar la prolongación del sonido s, desplazarse hacia una serie de *sih, seh, sae*, después *sat, sater* hasta terminar con la palabra que intentaba decir —Saturday. Le hemos visto perder el control y caer en temblores, después recuperarlo a medida que cazaba la integración de la palabra. No eran las repeticiones automáticas de la técnica “bounce” (rebote). Cada una de las repeticiones era un intento deliberado de mejorar a su predecesora en una aproximación hacia el patrón secuencial de la palabra en la que tenía dificultades. Otros tartamudos que también han adoptado esta técnica de buscar la coarticulación y secuenciación apropiadas nos han dicho que les proporciona un profundo sentido de dominio, que insistiendo en esas aproximaciones voluntarias en cada nuevo intento

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

aprender a controlar lo incontrolable. Usando esta “búsqueda voluntaria” demuestran a sus oyentes que están trabajando duro para mejorar su discapacidad y esto a menudo es recompensado por sus reacciones. Este enfoque se parece en muchos aspectos a la técnica de tartamudeo voluntario propuesto hace ya mucho por Bryng Bryngleson.

Pull-outs como consecuencia de la cancelación.

Como ya hemos mencionado, algunos tartamudos casi inmediatamente son capaces de aplicar las modificaciones que han aprendido en la cancelación y no necesitan más entrenamiento ni aprendizaje. Aprender a hacer pull-outs en sus bloqueos de la misma manera que aprender a andar en monopatín o adquieren alguna otra destreza motora. Unos pocos fallos; algunos balbuceos, y de repente pueden hacerlo. Con tartamudos jóvenes o con retrasados mentales lo único que se necesita a menudo son modelos en los que el terapeuta se pone a sí mismo en la situación del tartamudeo y después demuestra como el pull-out puede liberarlo. “¡Cuando te bloques, haz esto!” Tartamudeando al unísono con el cliente, el terapeuta comienza duplicando el principio de la anormalidad del paciente, y después se desplaza hacia una manera más apropiada. Si hay buena identificación, el tartamudo seguirá el modelo del terapeuta y se encontrará usando la misma técnica casi sin darse cuenta. En caso de necesidad, no obstante, se puede poner delante del tartamudo un espejo o grabando la sesión, se consigue que el tartamudo sea consciente de lo que hace. El terapeuta puede hacer un facsímile de lo que el tartamudo hace y pedirle que le muestre la manera de hacer el pull-out con pantomima de las variaciones necesarias. Enseñando al terapeuta, el tartamudo se enseña a sí mismo.

Otros modelos de pull-out muy buenos pueden ser extraídos de la propia habla del tartamudo. Entre los tipos de tartamudo mostrado por el adulto tartamudo, siempre hay algunos excelentes ejemplos de pull-out. Si se pueden grabar en vídeo o ser mostrados en un espejo, el terapeuta puede ayudar al tartamudo a reconocerlos y fijar los modelos que puede emular más a menudo. Algunos de nuestros casos han dominado la técnica a base de insertar deliberadamente en su habla grandes cantidades de pull-outs, usándolos primero en palabras no temidas, y después en aquellas en las que esperan tartamudear. Cuando se usa este enfoque, lo mejor es estar seguro de que el modelo que se usará será un comportamiento muy cercano a tartamudeo típico de la persona. También sugerimos que el tartamudo, al fingir tartamudeos, muestre series de pull-outs en tendencia a mejor. Lo que buscamos, por supuesto, es usar estos pull-outs voluntarios como una manera de enseñarle que existen alternativas disponibles cuando esté en apuros. Queremos que aprenda a buscar mejores maneras de tartamudear.

En nuestro deseo de explicitar lo que ocurre en este estadio de la terapia tememos haber descrito el proceso de modificación como mucho más laborioso e intrincado de los que realmente es. La mayoría de nuestros tartamudos no lo encuentran difícil en absoluto, seguramente por el trabajo que hemos hecho antes en identificación, desensibilización, variación y cancelación. O quizá porque a estas alturas la psicoterapia concurrente al

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

proceso ha estado haciendo su efecto. Es cierto que algunos tartamudos vuelven a usar el nuevo reto como una manera de resistirse a la aceptación de cualquier responsabilidad sobre su comportamiento, pero la mayoría de ellos dan la bienvenida a la necesidad de explorar mejores maneras de liberarse de la tiranía de su impedimento con presteza.

Nos ha impresionado la manera como se reduce el miedo y la ansiedad cuando se han adquirido las destrezas del pull-out. Dándole al tartamudo algo específico que hacer cuando se encuentre en un bloqueo o repetición, se libera mucho del estrés anticipatorio. La ambivalencia alimenta el estrés. Por eso el ejército taladra en la cabeza de sus soldados formas tan estereotipadas de responder a las posibles (aunque impredecibles) acciones enemigas, por ejemplo en combate cuerpo a cuerpo. Teniendo un plan, cualquier plan, de reacción ante la emergencia, se reduce el miedo a ésta. Drinkwater, Cleland y Flint (1968) se emplean en esta cuestión en la descripción del entrenamiento de un piloto aéreo de combate. Apuntan que la oportunidad de aprender ciertos comportamientos de control “reduce el estrés anticipatorio generado a un nivel que mejora el rendimiento, en lugar de disminuirlo.” Encontramos esto mismo cuando enseñamos al tartamudo a modificar su respuesta tartamuda.

Uso de planes motores y preparatory sets.

En su *Theories of Perception and the Concept of Structure*, Allport (1955) regaña a sus colegas psicólogos por haber negado la importancia de los patrones cerebrales motores y perceptuales como determinantes del comportamiento. Desde entonces la moderna neurofisiología ha contribuido con mucha información relativa a las bases neurológicas de la excitación, la atención selectiva, y la planificación motórica. La formación reticular del cerebro parece especialmente importante en estas funciones puesto que parece actuar como un filtro de información entrante y, como tal, seguramente tenga mucha influencia en la determinación de las respuestas a esa información. Hilgard y Atkinson describen los preparatory sets de esta manera:

Alguna de la selectividad de la percepción está presente antes de que el estímulo aparezca. Nos preparamos para percibir y reaccionar ante un estímulo que esperamos. Esta preparación se le da el nombre de *set*, y tiene el mismo significado que la situación en la que un atleta se prepara antes del disparo de salida. Su set incluye tanto la preparación para escuchar el disparo como para saltar a la carrera. Cuando una persona está en set, el estímulo que inicia la acción, como el sonido del disparo para el atleta, es meramente una ocasión para actuar que estaba preparada mucho antes. Un set momentáneo es un ajuste anticipatorio que mantiene preparadas las respuestas necesarias.

Dice Frick (1961); “...una de las razones por la que el plan motor del tartamudo se viene abajo es porque pone sus articuladores en posiciones innaturales como una manera de prepararse para una secuencia verbal que se prevé dificultosa. El resultado de esta posición

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

innatural es que literalmente no sabe cómo salir de ella.” Creemos que estas posturas anticipatorias anormales se deben a patrones (sets) motores condicionados.

También creemos que mucha de la impresión de compulsividad e involuntariedad que caracteriza muchos de los comportamientos tartamudos se debe a la presencia de preparatory sets anormales. Es incluso posible observar al tartamudo ensayar a escondidas ese set antes de atacar la palabra temida. Estos pequeños ensayos del malestar que prevé son sin duda la fuente de la percepción del tartamudo de su inminente fatalidad. Han sido tan potentemente condicionados a tantas claves situacionales y verbales que de alguna manera debemos diseñar una terapia que los prevenga. En esta sección intentaremos describir la manera de hacerlo.

A medida que los tartamudos se hacen adeptos al uso del pull-out, de nuevo aparece la tendencia a moverse adelante en el tiempo que habíamos visto en la cancelación. La nueva forma de tartamudeo fluente a cámara lenta que ha aprendido con las técnicas de cancelación y pull-out aparecen en el habla del tartamudo ahora no como respuesta a la presencia de la tartamudez sino como respuesta a su anticipación. Esto significa que la nueva manera de atacar las palabras temidas ha sido bien aprendida. Buscamos condicionar este enfoque de cámara lenta a las mismas claves que disparaban la evitación y la lucha. Cuando el tartamudo escanea las palabras que se acercan en busca de claves que indican la probabilidad de tartamudear, se prepara ahora para usar las mismas técnicas que aprendió en cancelación y pull-out. Rechaza sus antiguas pronunciaciones anormales y la tendencia a usar contactos rígidos y arranques de tensión súbitos y planea comenzar la palabra de una manera más normal, integrando la sincronización del flujo de aire y la fonación y trabajando lentamente la secuencia motórica. Planea el uso de la vocal adecuada en lugar de la vocal schwa usual. Le ayudamos a entender que el tartamudeo fluido que puede usar para reemplazar el antiguo es en cierto modo una versión más lenta de la pronunciación normal. Algunos terapeutas han entendido mal esto y han pedido al tartamudo que prolongase la primera sílaba o vocal de la palabra temida. Rechazamos esto. Creemos que es muy negativo. No queremos que el tartamudo distorsione la secuencia motora con esas prolongaciones; queremos que toda la secuencia se desacelere, que todas las transiciones sean proporcionales. Queremos que trabaje en todas las partes de la palabra. En ocasiones, para dejar claro este punto, le pedimos que haga otras actividades en cámara lenta: rascarse la cabeza, levantar un pie, abrir la boca, aplaudir. No nos importa lo rápido que hable, pero queremos que tartamudee muy despacio.

Pero, ¿es esto tartamudez? De nuevo, la dificultad de definición. Nuestros tartamudos lo han llamado “tartamudeo fluido.” No importa. Es un nuevo comportamiento, más adaptativo, que se ha condicionado a las mismas claves antecedentes que antes llevaban a la evitación y la lucha tan anormales. También es un comportamiento que se transfiere fácilmente al habla normal. El tartamudo que tartamudee de esta manera puede ser muy fluido.

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

¿Por qué el tartamudo intentará ahora prepararse y utilizar estas nuevas formas en las palabras temidas en lugar de utilizar las formas antiguas? En primer lugar porque este “tartamudeo fluido” recibe un potente refuerzo. Una y otra vez, durante las fases de cancelación y pull-out, esta pronunciación a cámara lenta ha sido seguida de un progreso en la comunicación. A diferencia de los tipos anteriores de tartamudeo basados en la lucha y la evitación, que provocan tanta penalidad y rechazo por parte del oyente, estos nuevos son bastante aceptables. Si son visibles, provocan respeto. El oyente siente que el tartamudo está intentando dominar su impedimento. Sus anteriores reacciones anormales dejaban al tartamudo un sentimiento de impotencia; estas nuevas dan impresión de maestría. Las antiguas formas de tartamudeo generaban ansiedad, culpa y frustración; estas nuevas construyen la autoestima del tartamudo. Los antiguos comportamientos eran involuntarios; estos nuevos son sentidos bajo control. Es más fácil y menos trabajoso tartamudear de esta nueva manera que de la anterior. Y, por supuesto, la nueva forma e tartamudez recibe un potente refuerzo por parte de una persona que a estas alturas es muy significativa en la vida del tartamudo —el terapeuta.

Hemos visto con gran interés el desarrollo espontáneo de estos tartamudeos fluidos reemplazando los anteriores porque esperábamos encontrar nuevos modos de ayudar a los tartamudos que no pueden adquirirlos sin entrenamiento. Lo que parecía ocurrir era lo siguiente. Aquéllos tartamudos que se saltaban la fase de pull-out comenzaban a utilizar los mismos procedimientos usados en cancelación cuando sentían que iban a tartamudear en una palabra. Ensayaban tanto la antigua como la nueva manera de tartamudeo y elegían esta última. Algunas veces hacían pantomima de las dos maneras secuencialmente en el periodo justo anterior a la palabra temida. No les enseñamos ni les animamos a hacer esto pero estos tartamudos simplemente usaban un preparatory set para deslizarse hacia esa manera de tartamudeo a cámara lenta cuando se encontraban con una dificultad. Lo que hacían era cambiar el plan motor de la pronunciación temida. Usaban una nueva manera de responder a la expectativa de la tartamudez más fácilmente, porque era mejor que la anterior.

Otros tartamudos empezaban a usar esta nueva manera de tartamudear (en las palabras temidas) como resultado de sus experiencias de liberarse de los viejos comportamientos tartamudos en la fase de pull-out. Aunque al principio prolongaban deliberadamente el antiguo comportamiento tartamudo antes de modificarlo, estas prolongaciones se hacían cada vez más cortas hasta que finalmente no se podía observar ninguno de aquellos comportamientos. La nueva estrategia de lentificar y trabajar progresivamente a través de la secuencia motórica de la palabra temida se condicionaba, no a la experiencia del bloqueo o la oscilación, sino a su expectativa. Antes del momento de intento de habla, el tartamudo revisaba el plan motor deliberadamente. Simplemente se disponía a sí mismo para usar la nueva manera de tartamudez fluida en lugar de sus viejas respuestas. Al principio del proceso de aprendizaje, estas sustituciones tenían lugar solo ocasionalmente. Parecían casi inconscientes y automáticas, el tartamudo mismo se sorprendían cuando tenían lugar. Las claves que le llevaban a pensar que tendría dificultades no se corroboraban porque les seguía un tipo de pronunciación que, aunque un poco diferente del habla normal, no impedía el flujo normal de comunicación ni evocaba

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

reacciones negativas por parte del oyente. Cuando los tartamudos esperaban una severa incomodidad y no sufrían ninguna o muy poca, sus miedos decaían en intensidad muy rápidamente. A la vez que se reducían, caía la severidad y frecuencia del tartamudeo y también su poderoso refuerzo. Algunos tartamudos conseguían un habla muy fluida como consecuencia de esta adquisición automática de los nuevos preparatory sets.

Una de las dificultades que tuvimos trabajando con estos tartamudos que aprendían a usar esta nueva forma de tartamudez espontáneamente y casi inconscientemente fue que a menudo no se habían enterado muy bien de lo que habían hecho. Siempre había algunos que podían utilizar la técnica con consistencia cuando el miedo era bajo pero cuando era intenso, los antiguos sets motores se hacían dominantes y empezaban a tartamudear de la misma manera que antes. De acuerdo con esto pensamos que era necesario ayudarle a entender vivamente lo que tenían que hacer para asumir los nuevos sets voluntariamente en lugar de automáticamente. También hubo tartamudos que no mostraron esta espontánea adquisición del nuevo comportamiento. En estos, el tartamudeo a cámara lenta permanecía atado a la percepción de que estaban bloqueados o repitiendo. Estos tartamudos necesitaban ayuda para interpretar las claves que señalan la proximidad de la tartamudez como alertas que cambian su preparatory set. Necesitan descubrir la manera de usar ese momento justo anterior al intento de habla para prepararse a pronunciar la palabra de una manera más fluida.

Plan motor: normal y anormal. Debemos reconocer que un plan motor o preparatory set tiene sentido en el momento en que se percibe una clave coloreada de tartamudez. Antes de la terapia, el tartamudo se ha acostumbrado a la experiencia de anormalidad en fragmentos del plan motor. Su set es para tartamudear. Sabiendo la anormalidad que espera, tiende a realizar un ensayo motor que producirá esa misma anormalidad. Estos preparatory sets anormales interfieren con los planes motores normales que preceden un intento de habla normal. Esta interferencia complica las cosas porque es muy probable que un hablante normal emplee un plan motor para el habla normal mucho más extensivo que uno que ocurre bajo la amenaza de la tartamudez. En este último caso, el plan motor representa probablemente una forma truncada de la prosodia de la frase completa en lugar de la parte fundamental de inicio del primer sonido de la primera palabra. Pero cuando el tartamudo espera tener problemas para producir una palabra o sílaba o incluso un sonido aislado (y esto es lo que a menudo espera) los planes motores característicos del habla normal son interferidos por las preparaciones anormales de los segmentos temidos. Por ejemplo, si toda la atención está concentrada en la posibilidad de un bloqueo en una “p” o de no poder iniciar la fonación de una vocal, o si está seguro de que repetirá una y otra vez la primera sílaba de una palabra, eso interferirá en el plan motor de una secuencia prosódica mayor. Normalmente no somos muy conscientes de la manera como nos preparamos para esta decodificación normal del habla; el proceso es casi automático. Abrimos la boca y hablamos, formulamos y organizamos y el procesamiento motórico no requiere casi nada de nuestra atención. Pero, en el tartamudo, con la señal roja de peligro iluminando ciertos fragmentos del habla, sonidos y palabras, estos fragmentos son su foco de atención, y también los hitos de su planificación motórica del habla. Cuando

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

anticipa dificultad en uno de estos fragmentos, se prepara para evitar, luchar, o manejarlo de una manera anormal y por tanto los mismos planes motores que pone en marcha casi aseguran los problemas que espera.

Muchos de los métodos usados para tratar la tartamudez deben su eficacia temporal a la distracción. Creemos que estas técnicas sólo funcionan mientras sean capaces de interferir con los planes motores anormales del tartamudo; es decir, mientras la técnica conserve la novedad suficiente para desplazar la atención del tartamudo de las palabras, sílabas o sonidos, temidos y así prevenir la ocurrencia de un ensayo motor anormal. No reemplazan los planes motores por otros mejores. Simplemente les echan el candado temporalmente. Por eso cuando la novedad desaparece, y la distracción ya no distrae, la fragmentación de la fluidez del tartamudo vuelve a hacerse presente y retorna al mismo estado anterior a la terapia.

Algunos terapeutas han intentado valientemente construir la atención del tartamudo sobre los patrones prosódicos largos enseñándole a ensayarlas antes, hablar de una manera cuidadosa y consciente, esperando que con ello estas prosodias largas se harán dominantes sobre las cortas, más fragmentadas y tartamudas. Esto puede y debe ser realizado hasta cierto punto. Usamos métodos similares más tarde, en la estabilización, al final de la terapia. Pero debemos recordar que el tartamudo no tiene dificultades en su habilidad para decir una frase, sino en su habilidad para decir un sonido, sílaba o palabra. Es en estos segmentos pequeños donde la emoción negativa se aloja. Son estos los que se colorean de miedo y frustración; son los que portan las claves que indican que la tartamudez se acerca. En estos sonidos, sílabas y palabras, es donde el tartamudo siente que ha tenido problemas miles y miles de veces en el pasado. Debemos encontrar alguna manera de evitar que estas claves lleven a los sets motores anormales que inevitablemente llevan a la anormalidad en la pronunciación. Pero la fijación es muy poderosa después de años y años de tartamudez, y por ello necesitamos preparatory sets competitivos y *específicos para esos segmentos*. Por ejemplo, después de cuarenta años de decir la palabra “degree” con bastante fluidez, este autor todavía hoy descubre que su lengua siempre asume automáticamente una posición de disparo incorrecta incluso cuando la lee en silencio. Ha revisado este patrón motórico anormal muchos miles de veces y no lo ha tartamudeado de la manera antigua durante años, pero aún la tendencia hacia el set motor anormal es fuerte, debido a su largo y potente condicionamiento de muchos años. No se extingue, no desaparece. (Si lo hiciera, este autor probablemente lo echara de menos.) Ahora puede, *automáticamente*, rechazar ese antiguo plan motor y sustituirlo por uno mejor, y lo hace. Este pequeño ejemplo nos lleva al punto que queremos resaltar: de alguna manera debemos proporcionar al tartamudo preparatory sets competitivos y condicionarlos a las mismas claves si esperamos reducir la inevitabilidad de la tartamudez en su forma original.

Bloodstein (1969) hace una clara descripción de estos sets motóricos anormales que el tartamudo necesita reemplazar:

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

Primero, el tartamudo establece un foco anormal de tensión en sus órganos de habla. Segundo, se prepara para decir el primer sonido de la palabra difícil como una postura articulatoria rígida en lugar de un movimiento normal en sintonía con el resto de la palabra. Tercero, Adopta esta postura innatural en sus órganos de habla antes de iniciar la voz o el flujo de aire, resultando en una pronunciación “silenciosa” de la palabra. Habiendo hecho todo esto, resulta evidente que ha destruido todas las posibilidades de decirlo normalmente.

¿Cómo hacemos para que el tartamudo adopte un set distinto cuando se acerca a una palabra o sonido temidos? En primer lugar, le ayudamos a tener claro el modelo motórico del nuevo comportamiento, uno que debería ensayar, si fuese necesario, antes de intentar la palabra; segundo, necesitamos fijar este ensayo a la clave precipitadora; y tercero, el intento de habla debería ser fiel al ensayo. Ya hemos dicho en nuestra discusión de la cancelación y el pull-out cómo este nuevo modelo de tartamudeo fluido puede ser desarrollado y debemos recordar que incluso durante la fase de identificación, el tartamudo ha reconocido ejemplos puntuales de estos tartamudeos fluidos a cámara lenta. Pero sigue existiendo una verdadera necesidad de conservar el modelo fresco en la mente para asociarlo a los estímulos que normalmente disparan los viejos sets motores anormales.

Hemos explorado muchas maneras de conseguir este objetivo y hemos descubierto que quizá el más efectivo es hacer que el tartamudo introduzca este nuevo comportamiento en su habla normal. Le pedimos que intente llenar su comunicación con este tipo de tartamudeos fluidos, al menos dos o tres en cada frase. Cuando lo hace, descubre que esto genera muy poca interferencia en su comunicación. El oyente no pone objeciones. De hecho, si esta manera de tartamudo se hace bien, a menudo los oyentes no parecen ni siquiera reconocerlo como tartamudez. Gregory (1968) da un breve ejemplo de esto narrando su éxito con una joven tartamuda de 22 años:

Cora se iba sintiendo mejor y mejor con su nuevo patrón de habla a medida que usaba cancelaciones, pull-outs, y nuevos preparatory sets. Trabajaba el fraseado, incrementaba su actividad oral (tenía tendencia a no abrir la boca lo suficiente, lo que producía un habla arrastrada), inflexión, etc. Informó que el cambio en su patrón de habla se estaba haciendo natural. Hablando con un amigo sobre su tartamudez y la razón por la que no quería dedicarse a la docencia, descubrió que su amigo no estaba “impresionado” por su problema de tartamudez y que no entendía en qué le impedía para ser profesora.

El habla se reduce en velocidad de alguna manera usando estos preparatory sets, pero el mensaje es transmitido. Por tanto, pedimos primero al tartamudo que inserte este tipo de modelo en palabras no temidas ya que nuestro propósito es asegurarnos de que este nuevo patrón a cámara lenta llega a ser dominado. Si el tartamudo se encuentra tartamudeando, o tiene miedo a una palabra, usa pull-outs y cancelaciones como antes, recogiendo así experiencias que refrescan los modelos que buscamos, el modelo que necesita para su plan motor. Hemos encontrado importante que los tartamudos permanezcan en este estado de terapia durante algún tiempo, hasta que sean capaces de

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

comunicarse fácilmente a pesar de la presencia de muchas de estas inserciones deliberadas de tartamudez a cámara lenta.

Lo que ocurre normalmente como resultado de estas experiencias es que el tartamudo empieza muy pronto a usar estos nuevos métodos de intentar las palabras temidas (y las no temidas también), con el cambio ocurriendo espontáneamente. De hecho ocurrirá a pesar de nuestras instrucciones contrarias e incluso independientemente de la intención del tartamudo. Esto parece deberse al hecho de que a base de inundar su habla con estos nuevos modelos, el tartamudo practica usándolos con infinidad de palabras y sonidos y tiene claves potenciales para otros. Después de que el tartamudo haya usado esta nueva manera de pseudotartamudear suave, lenta y fácil en muchas palabras no temidas que empiecen por “m”, por ejemplo, tenderá a usar de una manera natural comportamientos similares cuando perciba que se aproxima una palabra con un sonido “m” que tema moderadamente. Hay gradientes en los estímulos coloreados de tartamudez, y si la nueva respuesta competitiva se introduce lejos del límite del gradiente, tenderá a generalizarse, dominar e inhibir la antigua. Algo así ocurre cuando descubrimos a nuestros tartamudos usando este nuevo tipo de tartamudeo fluido en palabras que anteriormente habían levantado una marcada expectativa de tartamudez. A veces, por supuesto, los antiguos sets motores se llevan la palma y, como ya hemos dicho, la persona tartamudea con antes pero esto no hace más que proporcionar otra oportunidad para modificar o cancelar el antiguo comportamiento. En tal caso, debemos recordar que ha tenido lugar un progreso tanto si el preparatory set falla como si no. De cualquier manera, la antigua forma de tartamudeo ya no tiene refuerzo por lo que significa de progreso en la comunicación. La sólida fijación entre la vieja lucha, los comportamientos de evitación y las claves anticipatorias se reduce, se debilita o se rompe. El círculo vicioso automantenido que caracteriza al desorden está siendo fuertemente atacado.

Una vez que los intentos espontáneos de sustituir los preparatory sets viejos por otros nuevos empiezan a ocurrir en las palabras temidas con algo de consistencia, nos movemos al siguiente paso de elegir la confrontación. Le pedimos al tartamudo que busque activamente sus situaciones más temidas para sustituir la antigua manera de tartamudear con la nueva. Para facilitárselo, le pedimos que cace trofeos, es decir palabras temidas en las que abiertamente realiza una pantomima del antiguo tartamudeo, después pantomima la nueva forma de tartamudeo, y después dice la palabra en esta cámara lenta. De nuevo, si lo intenta y falla, hace un pull-out, y si este también falla, hace una cancelación y si incluso esto falla, usa la misma palabra en otra ocasión para darse otra oportunidad de progresar. El lector reconocerá el paralelismo entre este entrenamiento y la manera como el tartamudo aprendió a cancelar las palabras en las que tartamudeaba involuntariamente. De nuevo, el tartamudo encuentra el respeto del oyente, gane o pierda. De nuevo, descubrirá con el tiempo que sus éxitos son más frecuentes que sus fracasos.

El siguiente paso será omitir la pantomima abierta. Primero omite sólo la pantomima del tartamudeo tipo antiguo, y después emite tanto la del antiguo como la del nuevo. Los ensayos pasan a ser encubiertos y el tartamudo debe tener cuidado y asegurarse

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

Tomado de:
Van Riper, Ch. (1973). The Treatment of Stuttering. New Jersey: Prentice Hall.

de que ensaya de verdad en la pequeña pausa y que la pausa no es una mera maniobra de posposición. Finalmente le pedimos que omita todo ensayo del antiguo tipo de tartamudeo y que solo ensaye el nuevo encubiertamente cuando se encuentre con dificultades e intente hacer el ensayo lo más rápido posible. Algunos tartamudos en este estadio caen uno o dos escalones. O bien no usan la pausa para ensayar el nuevo tipo de tartamudeo sino como un truco de posposición o bien intentan asumir el preparatory set nuevo mientras ensayan encubiertamente el viejo. Un terapeuta competente solucionará el problema reforzando los ensayos encubiertos rápidos y sugiriendo al tartamudo que pase a un estado de descanso justo antes de ensayo, evitando así lo que algunos han llamado el “tono prefonación.” La mayoría de nuestros tartamudos no han experimentado estas dificultades y han aprendido muy rápidamente a asumir los sets motores del tartamudeo fluido casi automáticamente, y por supuesto es lo que deseamos.

En este momento suele aflorar una gran explosión de fluidez. El tartamudo ha conquistado a su demonio personal —eso cree. Ha aprendido que puede ser muy fluido aunque tartamudee. Sus miedos se descongelan. A menudo se pone a hablar como una cotorra, se emborracha de habla. En lugar de evitar, busca las situaciones de habla más complicadas y las palabras temidas y cada vez son más difíciles de encontrar y las que encuentra ya no son tan formidables como antes. Un tartamudo exclamó: “Me siento como si estuviera enamorado. Enamorado de mi mismo. Estoy de subidón.” La esperanza aflora; y también la autoestima. En este momento, el terapeuta competente cruzará sus dedos y los mostrará al tartamudo. Sabe que queda trabajo por hacer pero seguro que no desdeñará ni enterrará este momento de triunfo.