

GAGUEZ

25 coisas que eu gostava de ter sabido quando tinha 20 anos

Por Laurent Lagarde

1 Gostava de ter sabido que a gaguez não é uma falha e que não é culpa minha.

2 Gostava de ter sabido que a gaguez é apenas uma parte de mim.

3 Gostava de ter sabido que aceitar não significa abdicar.

4 Gostava de ter sabido que a gaguez não é a justificção para todas as coisas que eu não gosto em mim ou na minha vida.

5 Gostava de ter sabido que é possível superar a gaguez.

6 Gostava de ter sabido que um dos pontos em comum entre as pessoas que superaram a gaguez é que elas acreditavam que era possível.

7 Gostava de ter sabido que a gaguez não é uma falha e que a fluência não é um sucesso.

8 Gostava de ter sabido que temos de ousar ser nós próprios, com as nossas virtudes e defeitos.

9 Gostava de ter sabido que falar abertamente sobre a minha gaguez pode ser um grande alívio.

10 Gostava de ter sabido que os outros reagem à minha gaguez da mesma forma que eu próprio.



GAGUEZ

25 coisas que eu gostava de ter sabido quando tinha 20 anos

11 Gostava de ter sabido que falar abertamente sobre gaguez é abrir a porta a um mundo maravilhoso de descobertas e encontros.

12 Gostava de ter sabido que nunca devemos deixar a gaguez impedir-nos de seguir em frente.

13 Gostava de ter sabido que tudo o que se evita ou deixa de fazer, por causa da gaguez, é uma perda de tempo.

14 Gostava de ter sabido que todas as viagens começam com um primeiro passo.

15 Gostava de ter sabido que não precisas de ser bom para começar, mas que tens de começar para ser bom.

16 Gostava de ter sabido que a mais pequena ação é melhor do que a mais nobre intenção.

17 Gostava de ter sabido que somos aquilo que fazemos frequentemente. Assim, a excelência não é um acto, mas sim um hábito.” – Aristóteles

18 Gostava de ter sabido que ser otimista e mudar os meus pensamentos pode realmente mudar a minha vida.

19 Gostava de ter sabido que a palavra “fracasso” não existe. Há apenas resultados que são aprendizagens e marcos no caminho para o sucesso.

20 Gostava de ter sabido que não existem dificuldades, apenas oportunidades.

21 Gostava de ter sabido que a comunicação eficaz não é uma questão de fluência.

GAGUEZ

25 coisas que eu gostava de ter sabido quando tinha 20 anos

22 Gostava de ter sabido que pessoas que gaguejam podem competir com os melhores oradores e ganhar concursos de oratória.

23 Gostava de ter sabido que a gaguez melhora com o humor.

24 Gostava de ter sabido que devemos procurar o prazer e não o desempenho.

25 Gostava de ter sabido que um dia escreveria estas frases. E que um dia falaria com a Jane Fraser* e que iria traduzir e publicar dois livros da Fundação Americana de Gaguez 😊.

*Presidente da Fundação Americana de Gaguez

O blogue de Laurent Lagarde em www.goodbye-begaiement.fr e também no facebook em www.facebook.com/GoodbyeBegaiement

Newsletter Inverno de 2013 da Fundação Americana de Gaguez

Traduzido e adaptado por Elsa Margarido, Terapeuta da Fala (2014)



www.stutteringhelp.org

www.tartamudez.org

info@stutteringhelp.org

© 2013, Stuttering Foundation of America