

Consejo de un padre

Como padres, queremos lo mejor para nuestros hijos. Esperamos y rezamos para que les vaya bien en todos los ámbitos de su vida. Este profundo deseo por el bienestar de nuestros hijos a menudo resulta en que los padres se sientan culpables, confundidos e inadecuados respecto a cómo manejar las cosas que consideramos potencialmente dañinas o desagradables. Para muchos padres, la tartamudez entra en esta categoría. Como persona que tartamudea con un niño que tartamudea, entiendo perfectamente por qué a menudo se lo ve de esta manera.

Durante muchos años, mi tartamudez (o al menos mi reacción ante la tartamudez) tuvo un impacto negativo en mi calidad de vida. Fue el tema dominante el que influyó en mis decisiones y en cómo me veía a mí mismo. Como muchos de mi generación, en mi familia no se hablaba de la tartamudez; Me dejaron dar mis propias explicaciones y formas de verlo. Cuando no se habla abiertamente de la tartamudez, los niños tienden a internalizar que es algo tan malo y tabú que debe evitarse a toda costa (al menos, esta fue mi experiencia).

Mi perspectiva sobre la tartamudez comenzó a cambiar lentamente hace casi veinte años cuando decidí regresar a la escuela para estudiar patología del habla, especializándome en el área de la tartamudez. La evolución de mis puntos de vista tuvo mucho menos que ver con mi creciente conocimiento académico sobre la tartamudez y más con conocer a otras personas que tartamudean y observar cómo han aprendido a prosperar. Hace varios años, cuando mis propios hijos empezaron a tartamudear, experimenté fuertes sentimientos de culpa y preocupación. Esto dejó claro que mis puntos de vista sobre la tartamudez y la paternidad requerían una evolución mucho mayor.

Seguí pensando en los desafíos que tuve con la tartamudez mientras crecía; No quería que mis hijos tuvieran que lidiar con esos mismos problemas. Con el tiempo y después de mucha reflexión, llegué a la conclusión de que lo mejor que puedo hacer como padre es brindar apoyo y fomentar una visión saludable de la tartamudez. Sé que no puedo quitarle las partes dolorosas de la vida a mi hijo. El dolor es inevitable: eventualmente todos experimentamos problemas de salud, rechazo, muerte de seres queridos. En el caso de las personas que tartamudean, tartamudearán en momentos en los que tengan fuertes deseos de expresarse con fluidez.

El sufrimiento que experimentamos por eventos dolorosos está directamente relacionado con cómo vemos y nos relacionamos con esos eventos. Los padres tienen una enorme influencia en el desarrollo de la visión del mundo de un niño. Si queremos lo mejor para nuestros hijos, tal vez sea prudente centrarnos menos en tratar de eliminar el dolor que puedan experimentar y centrarnos más en equiparlos para afrontar eficazmente los desafíos inevitables.

Fue desde esta perspectiva que escribí nueve consejos para mi hijo cuando me preguntó seriamente qué podía hacer con la tartamudez (después de un día particularmente desafiante con su fluidez en la escuela). Intenté transmitir las cosas que más me han ayudado y que desearía haber escuchado cuando tenía su edad. Cuando se lo di fue un momento bastante emotivo para los dos. No es que no hubiéramos hablado sobre la tartamudez antes de ese

momento, pero la naturaleza explícita de la lista nos permitió discutir más fácilmente cómo y de qué manera la tartamudez le estaba afectando. Hablé más que antes sobre cómo la tartamudez me ha ayudado a crecer. El grado de apertura y conexión que tuvimos en ese momento es algo que nunca olvidaré y siempre apreciaré.

Este consejo ciertamente no lo abarca todo, estoy seguro de que se podrían agregar varias perlas más de sabiduría. Además no es original. La mayor parte es bastante universal y podría adaptarse fácilmente para aplicarse a cualquier tipo de diferencia o impedimento desafiante. Mi esperanza es que este artículo y la lista de consejos sirvan para fomentar una comunicación abierta y honesta entre los padres y sus hijos tartamudos. Estoy convencido de que hablar sobre la tartamudez es lo más importante que un padre puede hacer por su hijo.

1. Tartamudear está bien. No hay nada malo en tartamudear y no hay nada malo contigo. Todos somos diferentes y todos tenemos nuestros propios desafíos únicos. Algunas personas simplemente tienen dificultades para hablar con fluidez.

2. No dejes que la tartamudez te impida hacer lo que quieres hacer. Es probable que la tartamudez ocurra con más frecuencia en algunas situaciones, pero no evites situaciones porque la tartamudez puede ocurrir con más frecuencia. Evitar situaciones o no decir lo que quieres decir debido a la tartamudez no es una buena forma de vivir tu vida.

3. Es posible que no tengas control sobre cuándo ocurre la tartamudez, pero sí tienes control sobre cómo respondes ante ella. Hay formas de facilitar la tartamudez. Luchar, tensar y lanzar palabras no es tan útil como avanzar fácil y suavemente durante un momento de tartamudez. Puede aprender y practicar herramientas para facilitar el habla. Pero depende de usted si desea utilizarlos y es importante no frustrarse demasiado cuando no son tan efectivos en algunas situaciones.

4. Seas abierto y honesto acerca de la tartamudez con otras personas. Es mejor que la gente sepa que de vez en cuando tartamudeas. Ser abierto y estar de acuerdo con la tartamudez hará que otras personas comprendan y ellos también estarán de acuerdo.

5. Nunca te disculpes por tartamudear. Si te cuesta un poco decir lo que quieres decir y estás tardando más de lo que te gustaría, no tienes que disculparte con otras personas. En su lugar, simplemente diga "Tartamudeo, así que debes tener paciencia mientras termino de decir lo que estoy diciendo".

6. Aceptes que la tartamudez es muy variable. No te castigues cuando algunas situaciones sean más difíciles que otras. Es bueno ser consciente de la variabilidad de la tartamudez para poder utilizar algunos tipos de estrategias si desea comunicarse más fácilmente en situaciones más difíciles. Pero no te enojas contigo mismo ni te sientas culpable por ello porque esa es la naturaleza de la tartamudez.

7. La tartamudez no tiene nada que ver contigo como persona, tu inteligencia o tu carácter. La tartamudez es un tema neurológico con la producción del habla. No es una cuestión psicológica y no es tu culpa.

8. Sepa que no estás solo. Hay millones de personas que tartamudean y muchas de ellas han tenido mucho éxito en una amplia variedad de profesiones, muchas de las cuales requieren hablar mucho. Conectarse con otras personas que tartamudean a través de grupos de apoyo es una manera muy útil de ver cuán exitosas pueden ser las personas que tartamudean en todas las áreas de su vida.

9. Hablar se trata de comunicación, no de fluidez. La comunicación implica compartir sus pensamientos, sentimientos y creencias. Puedes ser un gran comunicador incluso si tu discurso no siempre fluye con facilidad. Lo que tienes que decir es muy importante; debe expresarse sin importar la fluidez con la que se exprese.

Rick Arenas es profesor asistente en la Universidad de Nuevo México. Le apasiona enseñar a los futuros terapeutas sobre la tartamudez y realizar investigaciones sobre la variabilidad contextual de la tartamudez.

Traducción: [Marco Palomares, PhD](#); Michael Campbell, M.S., CCC-SLP