

# QUANDO SE GAGUEJA. O QUE SERÁ QUE SE FAZ NA TERAPIA DA FALA?

LIFESTYLE SAPO



Identificar que alguém, independentemente da idade, está a gaguejar, na maioria das vezes não é difícil. Na maioria, porque há umas quantas pessoas, desde crianças, a adolescentes e adultos que usam uma coleção de estratégias e aparentemente não gaguejam. Ou seja, não se ouvem repetições, bloqueios entre outros.

O que eles/elas fazem para que tal não suceda? Substituem palavras; descrevem por muitas palavras o que poderia ser dito por uma; fazem de conta que não se lembram da palavra; evitam falar – ‘entram mudos e saem calados’; deixam que outros falem por eles; falam com uma voz diferente da sua habitual; sussurram; não falam ao telefone, optam por enviar mensagens, entre muitos outros ‘truques’. O receio em gaguejar, o eventual olhar do outro, o possível julgamento leva a que se recorra a todas as anteriores e muitas mais, ou se evite o máximo possível contextos onde seja necessário falar.

## **MAS O QUE SERÁ QUE SE FAZ NA TERAPIA DA FALA COM PESSOAS QUE GAGUEJAM?**

Há a ideia instalada, infelizmente, que se vai aprender a falar devagar, ou que se vai aprender a respirar, ou que se vai treinar uma coleção de exercícios motores com os lábios,

língua... à frente do espelho... e depois tem que se fazer estes durante horas em casa. Treinar, treinar, treinar!!!

Nada disso! Até porque não teria utilidade a não ser provavelmente ficar-se profundamente frustrado, porque não funciona!

Quer dizer, na verdade falar muito, mas muito lentamente leva a que qualquer pessoa deixe de gaguejar. MAS há vários problemas: (i) o próprio tem que fazer um esforço enorme, pensar constantemente como está a falar; (ii) ninguém vai escutar, ou mesmo que escute dificilmente consegue aceder ao conteúdo da mensagem. Os outros não apreciam ouvir uma fala lenta, acham no mínimo profundamente aborrecido e desinteressante.

Mantém-se a pergunta: Quais são os objetivos na Terapia da Fala com pessoas que gaguejam?

Há vários objetivos de intervenção, os seguintes são os nucleares: a fala, reduzir a frequência e a duração de repetições, bloqueios e prolongamentos. A comunicação, ser um bom comunicador ainda que gaguejando. O lidar com os momentos de gaguez, com os sentimentos que surgem quando 'as palavras teimam em não sair'. O expor-se a contextos comunicativos e produzir palavras sem esforço. Partilhar com os demais o que se quer, sem receios, e sem uma coleção de estratégias que levam qualquer um a ficar exausto de tantas que são.

Exatamente o que é feito depende de pessoa para pessoa, é delineado à medida de cada pessoa. Ou seja, à semelhança do que faz um alfaiate, em vez de medir os cm com um metro, avalia-se qual é o objetivo da pessoa; qual é a sua principal motivação; analisa-se os tipos de disfluências; observa-se o que a pessoa já faz para 'gaguejar menos'; e identifica-se as estratégias utilizadas e quais são uma mais valia e quais não são.

Em conjunto com o próprio define-se um plano do qual não faz parte nem respira, nem pensa antes de falar, nem faz um esforço para que as palavras saiam melhor, nem relaxa, nem lê horas a fio, nem conta o número de repetições todos os dias, nem regista os dias ou situações em que gaguejas mais... O objetivo nunca é: usa estratégias, métodos, truques, o que quiseres, mas 'pela tua saúde, por favor não gaguejes'.

Conteúdo desenvolvido por Jaqueline Carmona,

Terapeuta da Fala com Especialização em Perturbações da Fluência

[www.pin.com.pt](http://www.pin.com.pt)

