

Capítulo 13.

Estabilización.

Por muchas razones que intentaremos dejar claras, hemos pensado que es importante insertar en el diseño global de nuestra terapia un último periodo dedicado específicamente a la consolidación y estabilización de los nuevos comportamientos que el tartamudo ha aprendido para responder a la amenaza o a la ocurrencia de la tartamudez. Rechazamos soluciones temporales al problema de la tartamudez. Si nuestro objetivo fuese un pequeño intervalo de fluidez podríamos producirlo fácil y rápidamente con métodos paliativos. Podríamos usar relajación, sugestión o trucos de ritmo. Podríamos meter al tartamudo en el laboratorio y usar castigos contingentes. Podríamos ponerle a cantar para hablar mejor o hipnotizarle. Pero nuestra intención, en lugar de ello, es ayudar al tartamudo para que en lo que le quede de vida no necesite ya vivir con una lengua enredada o una personalidad fracturada.

En nuestro extensivo repaso de la literatura de la terapia de tartamudez hemos encontrado muchos informes de recaídas pero muy poca información de las medidas tomadas por los terapeutas para consolidar las ganancias de la terapia. Quizá es que se ha hecho muy poco en este sentido. Una vez que la terapia hace fluido al tartamudo, se le despide esperando que no regrese. Los terapeutas del condicionamiento operante, no obstante, han reconocido la necesidad de construir una fase de mantenimiento en sus programas. Ryan (1968) describe uno de ellos de esta forma:

Para Stan, el programa de mantenimiento incluía una consulta semanal con el terapeuta cerca de su casa, grabaciones de casete hechas por su familia y enviadas a la clínica de la universidad para su análisis y visitas periódicas a la clínica. Estas visitas totalizaron 45 horas en un periodo de 9 meses. Las grabaciones revelaron un incremento gradual de la tartamudez por encima de 8 palabras tartamudeadas por minuto. Él y sus padres informaron de que su habla era incluso menos fluida en las situaciones naturales que en las grabaciones y que algunas situaciones eran extremadamente difíciles para él. Como resultado, le citamos el verano siguiente para otras 95 horas de instrucción. Mediante las más variadas situaciones de habla, incluyendo una charla ante 100 terapeutas, demostró fluidez a nivel de menos de 0.5 palabras tartamudeadas por minuto. Durante el siguiente año, el programa de mantenimiento incluyó grabaciones dos veces por semana, llamadas telefónicas, vistas periódicas a la clínica de la universidad, sin más terapia de habla. Estas actividades fueron después canceladas hacia el final del año. En total fueron 13 horas de grabación y 29 llamadas telefónicas. El ratio de tartamudez se mantuvo a niveles bajos en variadas situaciones de habla, como debates, liderar oraciones en la iglesia, etc., y ha continuado durante seis meses. El actual programa de mantenimiento consiste en cartas mensuales y vistas clínicas anuales.

El programa de Stan fue un poco diferente del que se resume en este capítulo porque Stan fue una de las primeras personas a la hicimos el programa completo y no sabíamos el tiempo y los pasos que necesitaríamos, cuánto tiempo llevaría cada paso, etc. En total se dedicaron 225 horas al programa de Stan, y aun no hemos terminado.

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

Nuestro programa de mantenimiento es mucho más variado que el descrito en la cita anterior y, como enseguida veremos, no necesita el uso extensivo de “sesiones de refresco.”

Necesidad de la fase de estabilización.

Una vez que el tartamudo ha completado el curso del tratamiento que hemos descrito en los anteriores capítulos, se vuelve muy fluido. Cuando viene el miedo ya no se resigna a él sino que posee herramientas para manejarlo. Si tartamudea, no queda traumatizado, ya que ahora sabe usar esos tartamudeos como oportunidades para progresar. Por primera vez en su vida disfruta hablando y habla mucho. Se siente mejor como persona. En este momento los terapeutas están tentados a terminar el tratamiento prematuramente — y también los tartamudos. Creen que la batalla del auto-conocimiento y el auto-control ha sido ganada; va siendo hora de retirarse del ambiente terapéutico. Por desgracia, este no es el caso. Hay más trabajo que hacer: consolidar las ganancias. A no ser que tanto el terapeuta como el paciente entiendan claramente las razones de la fase de estabilización, ninguno de ellos encarará con voluntad el trabajo que requiere. Por tanto intentaremos clarificar su racionalidad.

Hay una ley en psicología muy antigua (la ley de Jost) que dice lo siguiente: si dos respuestas aprendidas son igual de potentes hoy, la más antigua será más potente mañana. Hemos resaltado repetidamente el hecho de que la mayor parte de la anormalidad de la tartamudez consiste en respuestas aprendidas a la expectativa o la ocurrencia de palabras temporalmente distorsionadas. A estas alturas nuestra terapia ha establecido nuevas respuestas a estas experiencias pero no hemos reinventado las leyes del aprendizaje. Estas nuevas respuestas más adaptativas han sido cuidadosamente construidas en contextos de ansiedad y frustración de manera que puedan competir con las anormales. No obstante, cuando trabajamos con un tartamudo adulto, nos enfrentamos con reacciones de evitación y lucha que han sido poderosamente reforzadas durante años. No podemos esperar reducir las a cero ahora, incluso cuando aparentemente ya no afecten a la comunicación del tartamudo. No podemos esperar que tenga lugar algún tipo de recuperación espontánea y si esas viejas respuestas a la amenaza o la experiencia del fallo de la fluidez generan una renovación de las antiguas actitudes mórbidas del tartamudo, podemos esperar una recaída. Las antiguas respuestas de lucha y evitación permanecen latentes, preparadas para levantarse. Después de haberle cortado la cabeza, hay una tendencia en la hidra de la tartamudez a brotar otra nueva. Toda la historia de la investigación psicológica nos ha enseñado que las respuestas de evitación condicionadas a la ansiedad siempre han sido muy resistentes a la extinción completa. Aunque hemos insistido continuamente en que el tartamudo haga terapia no solamente en la pequeña isla segura de la clínica sino también ahí fuera, en el traumático mundo, no es posible condicionar las nuevas respuestas a todas las viejas claves a las que el tartamudo tiende a responder con lucha y evitación. Siempre hay límites a la cantidad de generalización que podemos esperar. En condiciones de estrés o fatiga, o en periodos de baja autoestima, es muy posible que se manifiesten las fuerzas latentes de las viejas reacciones. Este autor tiene un gran respeto por la fragilidad humana, habiendo conocido él mismo mucha. Nadie puede hacer siempre lo que sabe que debe hacer.

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

Hay otras fuerzas que también necesitan de una estabilización. El auto-concepto no es algo que cambie de la noche al día ni de un año para otro. Aunque la experiencia es agradable, también se hace extraño e inquietante hablar muy fluidamente cuando uno ha tartamudeado a lo largo de toda su vida. Como dijo uno de nuestros tartamudos: “Es casi como si un extraño habitase mi piel y hablase por mí.” Sheehan (1970) apunta el problema en este consejo al tartamudo:

Alucinarás cuando descubras que la fluidez es algo a lo que tienes que acostumbrarte. Esto es un problema central en la consolidación e la mejoría. Si en las anteriores fases de la terapia tuviste que aceptar tu rol de tartamudo, en las últimas tendrás que aceptar tu rol de hablante normal. El segundo ajuste es a veces más complicado que el primero. Deberás superar el sentimiento de que la fluidez es falsa e inmerecida.

Es más, las amistades de siempre es posible que muestren placer cuando descubran la nueva fluidez pero en muchas maneras seguirán reaccionando como si la persona siguiera siendo el mismo tartamudo de siempre. Hablan por él. Esperan a que termine. Sus actitudes muestran que esperan tartamudez y se sorprenden cuando ésta no hace acto de presencia. Es más, cuando el tartamudo ya no se siente limitado por su impedimento de habla, ya no tiene excusa para no aceptar los retos que la vida social presenta, y habrá ocasiones en las que se sienta tan superado por estas nuevas demandas que casi desearía volver a tartamudear. Las ganancias secundarias le atan a la desagradable discapacidad y el tartamudo tenderá a perder las pequeñas victorias que ha conquistado a su tartamudez.

También, en este momento, el tartamudo suele mostrar un cambio de personalidad. La persona callada y reservada de antes se vuelve muy verbal y agresiva, y su esposa quizá prefiera al hombre tímido con quién pensaba que estaba casada. Los padres descubren que el tartamudo ya no es dócil y dependiente, sino rebelde. Los grupos en los que el tartamudo se hizo sitio como un buen oyente que acostumbraba siempre a asentir, están perplejos porque ahora el tartamudo insiste en cuestionar el liderazgo y hablar mucho durante mucho tiempo. Habiendo sido relativamente silenciosos durante años, el tartamudo siente de repente una urgencia de dominar todas las conversaciones. Hay más patrones, pero los anteriores ejemplos bastan para demostrar que, en este periodo de transición y ajuste a una nueva lengua fluida, el tartamudo necesita la seguridad y el análisis que la terapia de seguimiento debe proporcionar.

En este momento aparecen también nuevos problemas que tienen que ver directamente con el habla. En la primera etapa de su tierna fluidez, el tartamudo descubre que le resulta muy difícil monitorizar su habla. No quiere ya pensar en tartamudez; sólo quiere hablar y hablar y hablar. También, la velocidad de su habla se incrementa hasta el punto de que los momentos de expectativa u ocurrencia del tartamudeo no son considerados y analizados. Sin un periodo de entrenamiento en estabilización, las viejas respuestas de evitación y lucha irán apareciendo, primero en miniatura, pero con mayor y mayor frecuencia, y no serán advertidas hasta que desemboquen en una instancia de tartamudeo verdaderamente severa y anormal. En esta instancia no podrá ya evitar la confrontación y se podrá muy ansioso. En ocasiones, el tartamudo notará estas pequeñas evitaciones y luchas

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

(incluso algunas muy marcadas) pero es posible que las reprima activamente, un proceso que inevitablemente refuerza su potencia. Los resortes tienen más fuerza cuanto más comprimidos estén. O es posible que el tartamudo quiera proteger a toda costa su nueva fluidez y rehúse hacer el trabajo que debe hacer. Es más fácil para él pensar que realmente no tiene miedo a una situación o palabra que se aproxima. Es más conveniente dudar de la posibilidad de que realmente tartamudee que intentar atacar la palabra de una manera distinta. Los nuevos sets motores en este momento están aun muy lejos de la generalización y la automaticidad que necesita una apropiada preparación de un momento de expectativa negativa. Durante un tiempo requieren seguir siendo asumidos voluntariamente. Más tarde, como resultado del entrenamiento en estabilización, se harán automáticos y generales y, cuando lo sean, ya no requerirán la misma demanda de alerta.

El tartamudo y el terapeuta deben reconocer que la nueva fluidez aporta nuevos problemas. Más fluidez significa menos tartamudez y menos expectativa de tartamudez. Por tanto habrá menos oportunidades de discriminar las claves y practicar las nuevas respuestas al fracaso de la fluidez. Cuanto más habla fluidamente el tartamudo, menos oportunidad tiene de reforzar las nuevas maneras de responder a la ocurrencia del tartamudeo o a su expectativa. Los viejos hábitos tienen una larga historia de refuerzo; los nuevos no. De alguna manera debemos programar un sobre-aprendizaje en nuestra terapia de forma que cuando haya un decaimiento del refuerzo de la nueva respuesta, aun pueda ser lo suficientemente potente para competir con la antigua.

Otra necesidad de la fase de estabilización tiene que ver con el *tipo* de habla normal que el tartamudo exhibe después de haber conseguido fluidez. Es muy raro que un tartamudo severo se mueva directamente desde sus antiguos bloqueos y palabras rotas a la suave pronunciación fluida de un hablante normal. A menudo pueden discernirse huecos y jadeos donde antes había tartamudeo. Durante años el tartamudo se ha considerado afortunado si era capaz de decir una o dos frases antes de bloquearse o repetir y ahora sigue hablando rotamente incluso aunque no tartamudee mucho o no muy anormalmente. De hecho este tartamudo casi no puede decir una frase totalmente limpia de huecos y una explicación o narración larga es más de lo que puede manejar con cierto grado de fluidez. Beebe (1957) y otros han insistido en que los tartamudos son deficitarios en “planificación de frases,” en la habilidad para expresarse en unidades supra-morfémicas. Simplemente, no tienen el sentido de la prosodia normal.¹ La tartamudez, como la naturaleza, aborrece el vacío y llenará esos huecos de prosodia a no ser que se tome medidas contra ello. Siendo como el tartamudo es hipersensitivo a las pausas y el silencio, los comportamientos tartamudos estarán siempre dispuestos a llenar los espacios vacíos. El tartamudo responde a estas roturas casi inconscientemente, usando reintentos o vocalizaciones accesorias, o los mismos mecanismos de posposición que siempre ha empleado para rellenar las pausas de

¹ Los experimentos de Wingate (1966, 1967) referentes a la habilidad prosódica de los tartamudos apoyan esta afirmación.

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

su habla. Para contrarrestar estas influencias necesita aprender a integrar no solo los sonidos y las palabras (componentes fragmentarios del habla) sino también las pronunciaciones más largas, frases, sentencias y párrafos largos. El entrenamiento en esta secuenciación supra-morfémica es vital para evitar la recaída.

En la mayoría de los tartamudos que hemos tratado no hemos visto reacciones de compensación después de la mejoría. Unos pocos de ellos sintieron dolores de cabeza, espalda u otros dolores; algunos de ellos tuvieron problemas con sus esposas o jefes, o tuvieron problemas económicos. (En general estos eran individuos con otros problemas neuróticos además de la tartamudez.) La mayoría de ellos aprendieron a manejar los comportamientos ansiosos y auto-destructivos en el mismo curso de la terapia de habla. Una exposición programada cuidadosamente a estímulos productores de ansiedad y la oportunidad de verbalizar y ventilar sus preocupaciones en la seguridad de la consulta individual o el grupo, les ayudaron a vivir mejor, además de hablar mejor. Aunque los tartamudos habían vivido su vida anterior en un estado de casi constante ansiedad, mucho de esta ya ha sido trabajada antes de entrar en la fase de estabilización. No obstante, descubrimos que a medida que se iban haciendo muy fluidos y veían cercano el final de la terapia, se evidenciaba algún tipo de ansiedad por la separación. Cualquier despedida es una pequeña muerte y el terapeuta deba saber que el final de una terapia no debe ser súbito ni abrupto. Por todas estas razones, y muchas más, hemos encontrado muy adecuado someter a nuestros tartamudos a un periodo de estabilización antes de que nos abandonen.

Actividades en el periodo de estabilización.

Empezamos este estadio de la terapia con una o dos consultas individuales en la que explicamos cuidadosamente al tartamudo la necesidad del entrenamiento en estabilización que acabamos de describir. En esta discusión, ayudamos al tartamudo a verbalizar sus sentimientos acerca del nuevo trabajo que debe aun realizar. Le advertimos del cambio que ocurrirá en la estructura de la terapia. La consulta individual con el terapeuta será a partir de ahora menos frecuente; las sesiones de grupo incluirán la presencia de muchos nuevos visitantes. Dependiendo de las necesidades individuales, se alternarán ciertos días dedicados a terapia de estabilización intensiva con otros en los que no habrá terapia en absoluto. Se presenta el concepto de las situaciones deseables: el tartamudo no debe intentar trabajar sobre su habla constantemente sino confinar su auto-terapia a ciertas situaciones previamente designadas –ciertas personas, un lugar o momento específico, cierto tema de conversación, etc. Se anima al seguimiento de diarios o apuntes en los que se recogen las experiencias emocionales y verbales. Se proveen herramientas para que el tartamudo pueda evaluar objetivamente el estado de su habla y el estado de sí mismo. El terapeuta se convierte en un consultor; el tartamudo pasa a ser su propio terapeuta, analizando, prescribiendo, chequeando, reflexionando, resolviendo problemas, aplicando recompensas y castigos apropiados. Resulta adecuado a menudo anteponer a esta estructura un repaso objetivo de la terapia y los progresos anteriores, un repaso en el que se clarifican los puntos fuertes y débiles y las reacciones características del tartamudo a las tareas terapéuticas. Mediante estas discusiones, el tartamudo llega a entender lo que se necesita para ser un buen terapeuta. Aunque a lo largo de toda la terapia ya ha tenido mucha

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

responsabilidad en el diseño de las actividades y mucha responsabilidad también en llevarlas a cabo y evaluarlas, el nuevo trabajo de estabilización se presenta como un campo de pruebas para evaluar y mejorar su competencia como auto-terapeuta. Este, más que cualquier otro, es el objetivo principal de la fase de estabilización.

Reconfigurando la fluidez.

Para superar la tendencia de hablar en segmentos pequeños y eliminar los huecos y pausas del habla que se rellenan con tartamudez, pedimos al tartamudo que diseñe programas que los tenga en cuenta. Le ilustramos con ejemplos de cómo otros tartamudos han resuelto este problema. Le hacemos leer informes de otros tartamudos que se entrenaron intensamente en asociación libre continua durante periodos de tiempo crecientes. Le informamos de las ganancias que resultan de este entrenamiento: que estos casos fueron capaces de hablar con más continuidad, sin tantos huecos, que facilitó su dificultad para encontrar las palabras, que la práctica de la asociación libre les ayudaba a formular sus pensamientos más fluidamente. El terapeuta puede mostrar la manera como se hace esta asociación libre, pero es cuestión del tartamudo, como auto-terapeuta, diseñar la manera como llegará a dominarla, superar las dificultades, y descubrir cuánto de este entrenamiento necesita.

Sombreado en la estabilización.

Se emplea el mismo procedimiento para introducir el sombreado como otra manera de aprender a hablar de forma menos fragmentada. De nuevo el terapeuta confina su papel a la explicación y demostración, la responsabilidad de adquirir facilidad en sombreado se coloca de nuevo de parte del tartamudo. Aprender a sombrar el habla de otra persona, a repetir lo que dice de manera casi simultánea, es una habilidad que no siempre se domina con facilidad.² Cuando el tartamudo informa de sus dificultades y fracasos en su aprendizaje del sombreado, o en otra tarea de estabilización, existe la tentación del terapeuta de asumir su antiguo rol y reflejar los sentimientos del cliente, aliviar su frustración, y ayudar al tartamudo a superar los obstáculos. Hemos tenido que trabajar muy duro para resistir esta tentación y mantener nuestro nuevo rol de consultores en este momento. Nuestro objetivo es liberar al tartamudo de nosotros, así que simplemente afirmamos nuestra fe en su habilidad para conseguir lo que ahora le parece imposible y estar a su lado hasta que lo consiga. Esta es una fase de la terapia delicada, pero necesaria, y la manera cómo la maneje el terapeuta puede determinar la prognosis. El sombrado por sí mismo no es la panacea. Ayuda al tartamudo a cogerle el tranquillo a la prosodia normal, hablar tan normal como hablan los hablantes normales, saber qué se siente siendo fluido,

² No obstante, Sergeant (1961) demostró que el sombreado puede ser dominado hasta un grado importante por los hablantes normales y Cherry, Sayers, y Marland (1955) así como Kelham y McHale (1966) lo han aplicado como el vehículo fundamental de la terapia de tartamudez.

pero, en nuestra experiencia, su mayor valor es el de atacar la resistencia que siempre existe en cualquier proceso consistente en eliminar una costumbre. Algunos tartamudos encuentran pocos problemas a la hora de aprender a sombreado o a asumir el rol de terapeuta pero, para aquellos a los que les resulta más difícil, el dominio de estas técnicas de estabilización le proporcionan la oportunidad de trabajar la emotividad que acompaña la separación del terapeuta y la asunción de una responsabilidad no deseada. En todas las actividades de la fase de estabilización tiende a ocurrir algo de esta interacción entre el terapeuta y el tartamudo.³ No importa cuán cuidadoso haya sido el terapeuta a lo largo de toda la terapia a la hora de hacer al tartamudo un colaborador activo y responsable, siempre puede esperar alguna tormenta emocional en este estadio de la terapia.

Prosodia y formulación.

Podemos mencionarse otras maneras útiles de integrar secuencias de habla más largas. En lugar de cancelar palabras individuales tartamudeadas, el tartamudo puede ahora cancelar frases enteras. O puede practicar en narración o exposición del mismo material a distintos oyentes hasta que pueda hacerlo suave y continuamente. Contar chistes es uno de los procedimientos preferidos para esto. Nosotros mismos hemos sido, probablemente, diana de más chistes y cuentos graciosos que nadie de la historia. Algunos niños tartamudos han encontrado útil repetir oralmente frases de los libros del colegio después de leerlas en silencio. De esta manera mejoran el estudio al mismo tiempo que aprenden a hablar con segmentos mayores. En algunas reuniones se ha practicado a finalizar frases, cada persona inicia una frase por turno y nombra a un sucesor para que repita el comienzo e inmediatamente complete la frase sin dudar.

Habla continua.

Algunos de nuestros tartamudos han explorado el uso de lectura oral con las pausas previamente marcadas, pero han informado de muy poca utilidad. Raramente existe transferencia desde la lectura hacia el habla espontánea. Otros probaron con habla continuada extemporánea usando palabras clave escritas en pequeñas fichas. En contraste con la lectura, encontraron muy útiles estas últimas. Aprendiendo a dar continuidad a su habla fijaban tiempos límite que iban incrementando hasta que iban progresivamente dominando el arte del habla impromptu. Mucho de este entrenamiento se hace en solitario en voz alta, después en presencia de un oyente. Algunos de nuestros casos desarrollaron una extraordinaria habilidad en el habla extemporánea sin presencia de dudas. Recordamos un hombre joven que habló continuamente durante 87 minutos basándose en cinco tarjetas con palabras clave que no había visto antes. Todo lo que dijo tenía sentido y su habla fue

³ Esperamos haber ilustrado las psicodinámicas de la estabilización en este ejemplo, así que no nos repetiremos más.

extremadamente fluida aunque a menudo tenía desaceleraciones automáticas de tartamudeo a cámara lenta.

Subir la velocidad.

Hemos descubierto que entrenar al tartamudo a subir la máxima velocidad de habla tiende a automatizar los nuevos preparatory sets, especialmente si al mismo tiempo se le somete a ruido blanco u otras posibilidades de incrementar la realimentación propioceptiva. Muy pocos tartamudos severos saben de verdad lo rápido que pueden llegar a hablar. A menudo se sorprenden de lo rápido que hablan usando material memorizado o sombrando al terapeuta. No recomendamos, por supuesto, que haga toda su habla con más velocidad, aunque muchos de nuestros casos lo han hecho gradualmente, a medida que se iban dando cuenta de que es posible. A menudo pedimos al tartamudo que inserte pequeños facsímiles de tartamudeo fluido deliberadamente en medio de esta habla acelerada. Esto generaliza muchísimo los nuevos sets. Pero hay algo más en esta práctica de habla rápida que también es terapéutico. Quizá tenga que ver con el resultado de los experimentos de MacKay (1968) quién descubrió que “cuanta menor sea la velocidad de habla de un sujeto que hable sin realimentación auditiva, mayor tendencia a tartamudear cuando hable con DAF.” De lo que estamos seguros es que este entrenamiento de incrementar la velocidad de habla es una útil herramienta de estabilización.

Reflejar.

Muchos de nuestros casos han descubierto la utilidad de reflejar los pensamientos de los otros para aprender a usar configuraciones más largas de habla. Al principio pensábamos si habrían estado leyendo los libros de Carl Rogers. La razón se clarificó cuando uno de ellos nos dijo que reflejar con palabras propias lo que otro acababa de decir había sido siempre una de sus viejas maneras de manejar sus disfluencias. “Nunca pude iniciar una conversación con un amigo o un extraño y no me gustaba responder a sus preguntas porque siempre tartamudeaba de manera que aprendí muy pronto que si decía lo mismo que ellos acababan de decir, pensaban que les estaba entendiendo bien y les gustaba y me aceptaban por ello.” Sea cual sea la razón, la habilidad para transformar en palabras propias lo que está expresando el interlocutor parece ayudar al tartamudo a hablar de manera menos fragmentaria. Durante el periodo de estabilización, los tartamudos intercambian entre sí estos descubrimientos y nos ha impresionado la inventiva que demuestran. Hemos aprendido mucho de nuestros tartamudos.

Automatización de sets y estrategias.

Otro objetivo primordial de la etapa de estabilización es liberar al tartamudo de la necesidad de tener que trabajar en todas y cada una de las instancias de amenaza o presencia de tartamudez. Ningún tartamudo puede estar alerta constantemente a todas las

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

claves que pueden disparar los antiguos preparatory sets de lucha y evitación. Si todo lo que podemos ofrecerle es una sentencia de por vida de constante vigilancia y duro trabajo nos ocuparíamos de buscar otro tipo de terapia distinto. Afortunadamente no es necesario que el tartamudo deba prepararse siempre para reaccionar apropiadamente a cada signo individual de aproximación u ocurrencia de dificultad. Aunque en el proceso de aprender a tartamudear fluidamente debe de hecho pasar por un deliberado proceso de rechazo de los antiguos comportamientos y adopción de los nuevos, este proceso resulta eventualmente automatizado y más tarde tiene lugar a un nivel inferior de control. Considérese el tipógrafo o el pianista. Ellos también, al principio, deben hacer la planificación motora con cuidado y llevar a cabo las secuencias del movimiento con deliberada voluntariedad. Harán sus fallos y los cancelarán. Pero, eventualmente, las secuencias motoras se automatizan y pueden ser llevadas a cabo suave y precisamente de manera automática. Los movimientos específicos se organizan en patrones mayores gobernados por sets más generales. Mucho de lo mismo tiende a ocurrir con los tartamudos. Al principio deben prepararse y reaccionar cuidadosamente a cada instancia específica de tartamudeo. Es duro, un trabajo muy duro, y dudamos de que cualquier tartamudo pueda continuar modificando su tartamudez si siempre tuviera que vigilarla así. Pero, como ocurre con la mecanografía, o con el piano, o conducir, los sets motores generales sustituyen a los específicos y cuando esto ocurre se reduce enormemente la mochila del tartamudo. Uno de nuestros objetivos en estabilización es por tanto facilitar la adquisición de estos sets generalizados.

La creación de estos sets generalizados requiere un estado de preparación para percibir la clave o el estímulo y también la preparación para desplegar un comportamiento específico cuando esa clave asoma. Conduciendo, automáticamente giramos el volante hacia la izquierda cuando el coche ha sido desplazado súbitamente hacia la derecha por un socavón de la carretera. Realizamos el movimiento de compensación sin pensar, apenas nos damos cuenta de haberlo hecho. ¿Cómo podemos ayudar al tartamudo a conseguir esta misma automaticidad en su habla? Como ya hemos dicho, esto tiende a ocurrir como resultado de muchas experiencias seguidas de comportamiento adecuado consciente pero seguramente haya otras maneras de facilitar el proceso. Seguidamente se exponen algunas de las actividades que los tartamudos han ideado para este propósito. Han escrito pasajes cargados de palabras y sonidos temidos y los han leído y recitado una y otra vez, despacio primero, y preparándose cuidadosamente para cualquier posible dificultad. Después de mucha práctica pueden decir estos pasajes con una sorprendente rapidez y cuando lo hacen, los sets generalizados sustituyen a los específicos. O bien los tartamudos escriben las frases en las que han tartamudeado en el día y después las repiten muchas veces de la misma manera. Algunos tartamudos cogen este material, hacen práctica previa en las palabras difíciles y después dicen la frase completa de forma acelerada de manera que no haya posibilidad de aplicar ningún tipo de set específico.⁴ Para conseguir sets generales en

⁴ Mysack (1966) apoya fuertemente este tipo de entrenamiento ya que ve la automatización del tartamudeo en términos de hipersensibilidad de los servosistemas de monitoreo auditivo. Dice: "Este canal de monitorización hipersensible puede crear señales de error del flujo tonal por distorsiones tan pequeñas que normalmente deberían ser desechadas. Este control excesivo de la realimentación auditiva sobreactiva el

palabras o sonidos problemáticos se presentan éstos en tarjetas individuales, pasando rápidamente de una a otra o mostrándola en flash en una pantalla, y el tartamudo dice automáticamente solo aquellas que empiezan por el sonido “difícil” usando el tartamudeo fluido. Acelerando la exposición de estas palabras, la persona tiene que preparar por adelantado un plan motor general y mantenerlo preparado, ya que a no ser que sepa responder instantáneamente a todas las palabras que empiecen por “B”, nunca sabrá si éstas serán o no presentadas en la pantalla. También pueden presentarse de la misma manera frases palabra por palabra.

Existen además otros sets generales, o instrucciones preparatorias que el tartamudo puede adoptar para reaccionar de ciertas maneras. Puede planear, antes de pronunciarlas, comenzar las consonantes difíciles con contactos suaves de boca. Con suficiente práctica, pronto descubrirá que hace esto automáticamente, e incluso cuando no lo haga, puede recurrir al control específico más tarde. La mayoría de los temblores son disparados por la presión de los contactos tensos de la boca. Si consigue evitarlos automáticamente, será capaz de escapar de muchos bloqueos que ocurrirían por esta razón. O puede planear hablar con movimientos fuertes y lentos todas las sílabas acentuadas sin que importe si la palabra es temida o no. La clave que discrimina aquí no es la expectativa de tartamudear en un sonido o palabra dada sino la característica común de la sílaba: su acento. Si se programa de esta manera y aparecen claves color tartamudez, los sets generalizados tendrán la fuerza suficiente para asegurar que no ocurrirá anormalidad o, al menos, tenderá a facilitar la asunción de preparatory sets más apropiados. Entrenándole a fijar su atención en la propiocepción, el tartamudo se preparará al principio para vigilar fragmentos pequeños de sílabas o palabras pero muy pronto descubre que puede asumir sets generales que le permitirán monitorizar su habla con la realimentación auditiva principalmente. Como dijo uno de nuestros tartamudos: “Es como si hubiese abierto alguna válvula en mi cabeza. Cuando lo hago, todo encaja y hablo lentamente y fuertemente y fluidamente. Mis tartamudeos se manejan solos y no tengo que hacer nada. Sólo abrir la válvula.”

Preparación de contingencias.

En el momento presente la teoría del aprendizaje deja mucho que desear a la hora de explicar la manera como las nuevas respuestas aprendidas se estabilizan. No obstante, hay evidencias en el sentido de que existen dos sistemas de almacenamiento de memoria. Uno de ellos se refiere a la retención a corto plazo y la otra a la retención a largo plazo. Estamos interesados en construir nuevas respuestas estables en el tiempo, así que es la última de ellas la que buscamos. Tres factores al menos parecen estar implicados en la transferencia

dispositivo corrector, e interrumpe la automaticidad del habla.” De acuerdo con esto recomienda practicar con secuencias de habla de longitud creciente.

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

del almacenamiento del corto plazo al largo plazo; de alguna manera las estrategias y respuestas momentáneas son transformadas y codificadas simbólicamente (cuando las nuevas percepciones y comportamientos son verbalizados tienden a resistir el olvido mejor que si no son codificados de esa manera); de alguna manera debemos asegurarnos de que las nuevas percepciones y respuestas sean fijadas a cuantas más claves mejor (generalización); y finalmente, la práctica masiva de los nuevos comportamientos promueve la consolidación y la retención permanente.

En toda nuestra terapia hemos animado al tartamudo a verbalizar sus experiencias. Tanto en las sesiones individuales como de grupo, transforman en palabras sus descubrimientos y las nuevas maneras de responder a la amenaza o la ocurrencia de la tartamudez. Durante la fase de estabilización, animamos esta verbalización de todas las maneras posibles. Les pedimos que imaginen problemas hipotéticos de todo tipo y que verbalicen soluciones para ellos. He aquí algunos de ellos: “¿Qué debería hacer si me encuentro tratando de decir la palabra “Hello” mientras retengo la respiración?” “¿Cómo debo responder cuando me doy cuenta de que he sustituido una palabra temida por otra más fácil?” “¿Cómo puedo desplazarme desde una prolongación de una “s” hacia el resto de la palabra?” “¿Qué puedo hacer si un interlocutor no para de interrumpirme?” “Me encuentro en un temblor inesperado en los labios, ¿cómo puedo liberarme de ello?” “Preveo una situación difícil a tres días vista y me descubro ensayando algunos tartamudeos para esa situación, ¿qué debería hacer?” El terapeuta verá que los tartamudos pueden inventar cientos de preguntas similares y que son capaces de verbalizar con sus propias palabras las estrategias que necesitan. Hemos descubierto que este entrenamiento en codificación verbal de las nuevas respuestas no solo mejora la estabilización, sino que también alivia mucha de la ansiedad residual o latente. Además también animamos, más incluso que antes, el uso de comentarios orales propios a las nuevas experiencias de habla –tanto los éxitos como los fracasos. Los tartamudos han estado durante mucho tiempo reprimiendo las experiencias de habla desagradables e incluso las agradables (por miedo a generar falsas esperanzas que después sean desanimadas y porque en realidad no son muy hábiles verbalizando). Por ello creemos muy importante en esta fase de estabilización enseñarles a poner sus descubrimientos en palabras. Los tartamudos deben aprender no sólo a hablar con otros, también consigo mismos.

Generalización.

Otro objetivo básico del estadio de estabilización es asegurar que las nuevas respuestas sean fijadas a la mayor cantidad posible y el más amplio rango de estímulos. Aunque hemos buscado constantemente que el tartamudo lleve a cabo la mayor parte de su trabajo fuera de la clínica, siempre quedan situaciones comunicativas que permanecen intactas. Hacemos en este momento un esfuerzo para definir las y ver qué podemos hacer para conseguir que tartamudo sea menos vulnerable a su influencia. Nuestros tartamudos han llamado a esto “operación limpieza.” Primero, en sesiones de grupo, repasan todos

juntos sus antiguas memorias de tartamudeo severo. Las ventajas de hacer esto en grupo es que los recuerdos de un tartamudo tienden a evocar experiencias similares de los otros. Uno cuenta, por ejemplo, una ocasión en la que esperaba una fila para pedir un ticket y tartamudeó severamente al pedirlo, esto le recuerda a otro lo severamente que tartamudeaba recitando en el colegio después de esperar por su turno en orden alfabético. O uno cuenta una experiencia traumática con un juez en un juicio y esto lleva a citas de situaciones en las que estaba presente una figura de autoridad. La simple verbalización de estas viejas memorias parece proporcionar un sentimiento de alivio a los tartamudos. Usan deliberadamente la manera fluida de tartamudeo para repetir lo mismo que dijeron en aquella ocasión tartamudeando severamente y esto les proporciona algunas ganancias.

En algunas ocasiones tiene lugar algo de expectación de tartamudeo (esto es muy común), y el grupo puede convertirse en una especie de psicodrama, en la que los miembros asumen papeles y representan la escena traumática. O, más habitualmente, el tartamudo intenta crear deliberadamente una situación facsímil: por ejemplo se pone a la cola en un autobús y le pregunta al conductor una pregunta sobre un destino mientras otro compañero tartamudo observa. Por supuesto no puede hacerse esto para todas las situaciones traumáticas pero sí con muchas de ellas. Mucha de la re-experimentación y ventilación que tiene lugar debe evidentemente su eficacia a la sugestión de que el tartamudo ha puesto a descansar de esta manera los viejos fantasmas de su infeliz pasado. Como dijo uno de nuestros casos, “Me siento bien al saber que he podido borrar algunos de ellos y que si aparecen otros en el futuro puedo hacer lo mismo con ellos. Es casi como lo bien que me sentía cuando cancelaba una palabra tartamudeada. Suelo pensar en ello como una cancelación de las antiguas situaciones desagradables.”

Extinción de miedos.

Otro grupo de actividades se concentra en la extinción de miedos a sonidos y palabras. Primero, el tartamudo vuelve a escuchar algunas de sus primeras grabaciones y lista las palabras en las que ha tartamudeado, analizándolas en términos de severidad de tartamudez y los sonidos en los que ha ocurrido. También llevan un grabador portátil durante un día o dos para determinar la localización del tartamudeo remanente. El material obtenido sirve como base para el entrenamiento en extinción, concentrándose en esas palabras y sonidos que generaron la mayor severidad.

Se emplean aquí los principios de adaptación y extinción. La palabra seleccionada es repetida una y otra vez tantas como cientos de veces, empezando con la antigua forma de tartamudear en las primeras repeticiones y después cambiando hacia el tartamudeo a cámara lenta para la mayor parte de las repeticiones, finalizando con la palabra dicha normalmente varias veces. Para asegurar que la mayoría de las repeticiones son habladas de esa manera lenta y cuidadosa, algunos tartamudos escriben la primera letra de la palabra simultáneamente con la pronunciación. La escritura simultánea con el habla es una vieja técnica, diseñada hace años por Bryngleson y Travis para asociar el habla con otra actividad controlada unilateralmente en el cerebro, como requiere la teoría de la

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

dominancia cerebral. Una descripción de esta metodología puede encontrarse en Van Riper (1958, pp. 279-80). La usamos, no para este propósito, sino sobre todo para asegurar que el antiguo estímulo condicionado (el primer sonido de la palabra) se asocie a la nueva respuesta (el tartamudeo lento y fácil).

Al principio desconfiábamos de este tipo de práctica masiva, anticipando que llevaría a un incremento del miedo a tartamudear en esas palabras o sonidos que se segregaban de esa manera. No obstante, los tartamudos que lo inventaron sabían mejor que nosotros que no tendría lugar ese incremento del miedo. Evidentemente, las repeticiones masivas de la palabra, especialmente cuando son en cámara lenta, retiran todo el miedo de la misma y si se usan suficientes palabras en esta práctica, raramente se recuerdan o, si se recuerdan, se recuerdan como fluidas. También nos preguntamos si esta práctica masiva en palabras aisladas tendría algo de efecto real de transferencia. Lo mismo pensaban los tartamudos y para conseguirlo usaron la misma palabra aislada en series de frases con contenido emocional o de tono mandatorio o egocéntrico. A menudo las palabras así practicadas se incorporaban a frases usadas por teléfono o hablando con extraños. En otro libro hemos mostrado (Brown y Van Riper, 1966) como el habla sirve para muchas cosas: expresión de la identidad, control social, formulación de pensamientos, expresión de emociones, comunicación de mensajes... En la fase de estabilización nos aseguramos de que los tartamudos tengan variadas oportunidades de usar cada una de estas expresiones habladas. Si esperamos la transferencia y generalización del habla fluida adquirida en clínica, debemos estar seguros de que los estímulos asociados a cada una de estos modos de habla son asociados a las nuevas respuestas.

Si bien los tartamudos a estas alturas han perdido casi todos los miedos a fonemas, recuerdan por supuesto haberlos tenido y por tanto diseñan métodos para “limpiar los residuos,” como decía un tartamudo. Lo que hacían era practicar los sonidos antes temidos en sílabas y palabras sin significado. Por ejemplo, si un tartamudo sentía que el fonema “k” le había dado mucho miedo en el pasado, podía inventar una serie de sílabas y palabras tontas en las que la “k” era usada en todas las mezclas posibles con vocales y otras consonantes. Para asegurar una adecuada coarticulación, ensayaba en silencio la vocal de acompañamiento y después decía la sílaba. O podía alargar ligeramente una “kh” aspirada hacia el sonido de la sílaba si recordaba temblores debidos a contactos tensos en la boca. O puede concentrarse en la temporización, la fuerza o la velocidad de los movimientos asociados de la mandíbula. Como ya hemos dicho, las sílabas portadoras de miedo se incorporaban a palabras tontas de indescriptible variedad. En la sesiones de grupo los tartamudos se retaban unos a otros con palabras como “Kusizitch” o “oclithmaris.” Las decían lentamente y luego suavemente. Las incorporaban a frases que tenían sentido salvo por esa palabra: “Si me preguntas, diría que eres un Kilchum.” Era interesante observar como estas combinaciones no familiares a menudo disparaban la ambivalencia y conflictos de aproximación-evitación verbal y ofrecían oportunidades para resolverlos. Uno de nuestros tartamudos nos dijo que esta práctica le había ayudado enormemente –que había temido siempre las palabras largas poco familiares o los nombres raros y había encontrado así la manera de resolverlo.

Se utilizó la práctica masiva de la misma forma que con las palabras aisladas. Algunos de los tartamudos repitieron las sílabas miles de veces; otros practicaron solo unas pocas. Asignaban sus propias tareas y sospechamos que, en su papel de terapeutas, los tartamudos llegaban a ser bastante punitivos consigo mismos.

No tenemos dudas de que esta práctica masiva fue efectiva para muchos tartamudos pero no estamos seguros de que se debiera siempre al descondicionamiento. Ciertamente, se reforzaban las nuevas respuestas y las viejas claves perdían algo de su habilidad para precipitar tartamudeo. Tenemos la impresión de que los tartamudos que llevaron a cabo este entrenamiento tenían menos bloqueos pequeños, de los que pasan desapercibidos, que aquellos que no lo hicieron. Quizá el aburrimiento de la práctica masiva actuó como contra-condicionador. Quizá este trabajo aliviaba la ansiedad o satisfacía una penitencia deseada por el tartamudo. Todo lo que podemos decir es que, en última instancia, el tartamudo se disciplinaba a sí mismo y se preparaba para terminar la terapia.

Situaciones nucleares en estabilización.

Debemos prevenir que las estrategias básicas de cancelación y pull-out resulten enterradas por la falta de oportunidades de utilizarlas. Para ello usamos de nuevo el pseudotartamudeo. Se diseñan situaciones nucleares para cada día y el tartamudo imita su antigua forma de tartamudeo hasta que esté convencido de que puede asumir estos comportamientos sin alteración emocional ni estrés, de la misma manera que ya hizo en desensibilización. Después imita algunos más de estos tartamudeos pero los cancela cuidadosamente. Después “se abandona a un tartamudeo real” y usa pull-out. Finalmente en la misma situación inserta algunos tartamudeos fluidos muy breves y concluye enfatizando el control propioceptivo del habla normal. Sólo dos días semanales que dedique a esta terapia de situaciones nucleares ya tienen un efecto muy potente para generalizar estas estrategias básicas. Se escogen distintas situaciones en diferentes días. Por ejemplo, un tartamudo cuyo día de terapia era el lunes seleccionó como persona nuclear a una chica que sabía que iba a encontrar con frecuencia, la comida era la situación nuclear, la biblioteca era el lugar nuclear, y el atletismo el tema nuclear. Siempre que se encontrara con una de estas situaciones nucleares usaba la secuencia de pseudotartamudeo, cancelación, pull-out y monitoreo propioceptivo. El siguiente día de terapia era el jueves y para ese día fijaba un conjunto distinto de elementos nucleares. Otra persona, lugar, situación, tema y hora del día eran escogidos pero de nuevo usaba en ellos la misma secuencia de actividades terapéuticas. Es evidente que este tipo de programación asegura que el entrenamiento en estabilización tiene muy amplios efectos. En el transcurso de un mes, más o menos, toda la comunicación del tartamudo sentirá su impacto.

Filtros.

El entrenamiento en estabilización también incluye la construcción de barreras contra el estrés comunicativo al que el tartamudo es especialmente vulnerable. La mayoría de esto se realiza en sesiones de grupo. Por ejemplo, si un tartamudo tiene problemas

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

cuando es interrumpido o apurado, puede pedir al grupo que lo haga mientras él intenta mantener la calma y continuidad a pesar de los ataques deliberados de sus compañeros. Si es vulnerable a que alaben su fluidez, el grupo le inunda con alabanzas a su fluidez. Si tiene problemas para hablar con ruido, el grupo genera un pandemonium. Si es especialmente vulnerable a la pérdida de atención del oyente, debe seguir hablando aunque los otros vuelvan la cabeza o se levante y se marchen. Si se le acosa súbitamente con una pregunta, aprende a usar una pausa antes de contestar. Bryngleson (1966) describe una de sus “razz sessions” usadas como experiencias constructoras de filtros:

En este punto del programa terapéutico, los pacientes y los clínicos son puestos a prueba para ver hasta que punto pueden soportar el criticismo más cruel, los insultos, abucheos, etc. Deben construir en su estructura emocional un muro impenetrable contra las respuestas irracionales de un mundo cruel. Siente a sus pacientes en círculo y dígalos que intenten sacarse de sus casillas unos a otros. Deben abrir sus ojos emocionales a las risotadas burlescas, imitaciones y palabras crueles.

Algunos de nuestros tartamudos informaron triunfalmente que, como siempre habían experimentado mayores problemas cuando estaban borrachos, se habían juntado con dos botellas de whiskey y habían trabajado su habla con éxito a pesar de la ingesta etílica. Y tenían grabaciones que lo demostraban.

El mundo exterior a la clínica contiene muchos tipos de individuos cuyo comportamiento característico puede crear un estrés especial al tartamudo y pueden ser traídos a la clínica y usados para facilitar la construcción de filtros. El hombre que siempre está enfadado, el dependiente sarcástico, el policía impaciente de la esquina, están siempre dispuestos a molestar y hemos coleccionado todo un establo lleno de estos monstruos a nuestra disposición, de manera que nuestros tartamudos puedan tener pena de si mismos a gusto. Entrando estas situaciones de estrés deliberadamente y ganando más escaramuzas de las que pierden, los tartamudos se convierten en tipos duros. Es más, pasan a considerar estas condiciones de estrés comunicativo como retos, en lugar de amenazas.

Terapia de resistencia.

En este estadio terminal de tratamiento hemos encontrado muy útil ayudar al tartamudo a resistir activamente la sugestión de que su tartamudez es inevitable en presencia de ciertos estímulos fonéticos o situacionales que indican su probabilidad. Al principio, cuando el tartamudo llega a nosotros, solo tiene dos posibilidades cuando la tartamudez ataca: evitar la situación o palabra o tartamudear. Nuestra terapia ha intentado darle una tercera posibilidad –una forma de atacar la pronunciación de manera que, aunque tartamudee, tenga lugar poca anormalidad o interrupción. Ahora queremos darle aun una cuarta alternativa: resistir la sugestiva influencia de las claves color tartamudez y decir la palabra normalmente a pesar de ella. En otro texto (Van Riper, 1971) hemos demostrado que la correlación entre la expectativa de tartamudez y la ocurrencia final de la misma no es

TRADUCCIÓN LIBRE CON FINES EDUCATIVOS – NO COMERCIALES

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

tanta como cree el tartamudo. Algunas de las palabras en las que espera tartamudear serán dichas normalmente a pesar de la anticipación. Es más, todos los adultos tartamudos que hemos conocido han testificado que ocasionalmente han sentido la sorprendente experiencia de haber reunido poder sobre sí mismos y haber resistido la dictatorial tendencia a tartamudear, que ocasionalmente han podido “estar a la altura de las circunstancias.” Normalmente no puede decir cómo lo ha hecho, pero las veces que hemos sido testigos parece haber más energía en el acto de habla –como si el servosistema amplificase la señal por encima del ruido emocional. Es como si se hubiesen resistido a tartamudear con toda su voluntad, se hubiesen exhortado y ordenado a sí mismos hablar fluidamente a pesar de los pesares. No podemos explicar este fenómeno con los conocimientos actuales, pero creemos que está envuelta algún tipo de facilitación bioquímica o integración cortical. Quizá sea meramente un desplazamiento de la atención o contra-sugestión. De cualquier manera el hecho de que esta habilidad para resistir la amenaza de la tartamudez existe es evidente clínicamente, y deberíamos encontrar maneras de utilizarla.

Hemos diseñado métodos para ello y estamos seguros de que hay muchos otros. El primero de ellos emplea habla al unísono o sombreado, pero no en la forma usual. El terapeuta y el tartamudo, o dos tartamudos, leen el mismo material en voz alta a la vez o recitan simultáneamente de memoria párrafos que contienen palabras temidas. Como ya hemos visto, esta lectura al unísono produce mucha fluidez pero también hemos descubierto que si uno de los tartamudos tartamudea, el otro también tiende a hacerlo. Esto es aun más habitual cuando se usa sombreado o habla en eco. Lo que hacemos es pedir al tartamudo que resista esta respuesta empática. Si el terapeuta es quien le acompaña en la lectura, por ejemplo, insertará algunas instancias de tartamudez. El tartamudo no sabe cuando éstas ocurrirán pero se prepara para resistirlas cuando quiera que se produzcan. Al principio siempre aparece algo de tartamudeo recíproco pero, con entrenamiento, será capaz de prevenir su ocurrencia. Si es muy vulnerable, el terapeuta insertará una forma de tartamudez que sea muy diferente a la suya propia o que muestre muy pocas veces. Programando cuidadosamente la cantidad de tartamudez y su similitud con la tartamudez propia del cliente, y asegurándose de que el tartamudo tiene más éxitos que fracasos, cualquier tartamudo puede finalmente aprender a resistir. También usamos audio o video antiguo del habla del tartamudo para sombrearle y ayudarlo a resistirse a su propia tartamudez. A nuestros casos les gusta mucho esta terapia de resistencia y han informado de mucha transferencia a la vida real. Como dijo uno de ellos: “Siempre creí que si pensaba que iba a tartamudear, tartamudearía. Ahora he descubierto que no es así –que puedo luchar y no rendirme.”

Otro tipo de terapia de resistencia usa auto-sugestión. Antes de entrar una situación temida, o una que antes hubiera temido, el tartamudo verbaliza en voz alta o a sí mismo la sugestión de que tendrá algunos tartamudeos severos. De esta manera duplica algunas de las antiguas sugestiones negativas que tenía. Ensayo la frase, recoge las palabras temidas, se dice a sí mismo que “se bloqueará durante mucho tiempo”, que se sentirá impotente y agarrotado como siempre. Imaginará las peores reacciones de los oyentes. Y entonces intentará rechazar toda esta autosugestión negativa y hablará lo mejor que pueda.

Inicialmente los tartamudos son reacios a este tipo de experiencia. “No quiero despertar de nuevo mis anormales maneras de pensar,” protestó uno de ellos. A pesar de ello, hemos encontrado que esta práctica es muy saludable. Aunque en ocasiones la sugestión negativa dominará y el tartamudo tartamudeará como se dijo que lo haría, siempre puede hacer un pull-out o cancelar, y con experiencias repetidas todos nuestros tartamudos han sido capaces de llevar a cabo esta resistencia a sus propias sugerencias con mucho éxito. De hecho hemos visto que este entrenamiento alivia mucho la ansiedad que tiende a florecer cuando el tartamudo anticipa dificultad y piensa en esa antigua mórbida manera.

En la fase de estabilización también usamos el aparato de realimentación auditiva retrasada para generar estrés cibernético que el tartamudo debe resistir. Algo de este entrenamiento es el mismo que se usó durante la modificación para facilitar la monitorización propioceptiva y evitar el auto-escrutinio auditivo al que el tartamudo es tan aficionado. Encontramos el tiempo de retraso que produzca la máxima distorsión en cada tartamudo individual y lo usamos en lectura, monólogo y conversación. Encendemos y apagamos intermitentemente el DAF mientras el tartamudo intenta hablar de la misma manera con realimentación retrasada y sin ella. Grabamos la sesión y después la escuchamos y el tartamudo descubre si de verdad ha resistido el DAF o no.

El DAF es especialmente útil con tartamudos clónicos, aquellos que muestran repeticiones compulsivas. Chase (1958) descubrió que, cuando uno está repitiendo una sílaba y sometido a DAF, es muy difícil resistir el retraso y parar de repetir voluntariamente. Hemos hecho a nuestros tartamudos practicar repeticiones silábicas a velocidad progresiva sometidos a DAF y mandarles parar de repetir a una señal dada. Al principio tendían a seguir repitiendo la sílaba como le pasó a Chase (un hablante fluido) pero después fueron capaces de “vencer a la máquina.” Algunos tartamudos se entrenaron dándose una señal para terminar las repeticiones (por ejemplo, presionando el índice contra el pulgar) y han dicho que esto se transfiere bastante bien a los tartamudeos clónicos reales. Han dicho que este entrenamiento puede ayudarles a parar el reciclado compulsivo de sílabas que caracterizaba su antigua forma de tartamudeo.

Reintegración del auto-concepto.

Como ya hemos mencionado, uno de los problemas experimentados por los tartamudos en esta fase terminal de la terapia tiene que ver con su auto-concepto. Durante años se ha definido a sí mismo como tartamudo, como un desviado. Durante años ha sufrido una falla en su personalidad. Su imagen corporal ha sido distorsionada; sus roles constreñidos. ¿Cómo podemos juntar de nuevo todas las piezas y que pinta tendrá el conjunto cuando lo hagamos? Los tartamudos leves parecen tener pocos problemas en este aspecto pero los severos normalmente son presa de intensos conflictos cuando ganan fluidez. No pueden creer que sean la misma persona que habla ahora tan fluidamente. Cuando alguna otra persona que le conoce desde hace años se maravilla con el cambio, el tartamudo tiende a pensar que está llevando a cabo una mascarada, que la nueva identidad que muestra es en realidad una farsa. Cuando es reconocido como un hablante normal por

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

nuevas amistades tiende a dudar de su aceptación y se preocupa de lo que ocurrirá si muestra su “verdadero yo tartamudo” de nuevo. Es imprescindible hacer algo en esta fase de estabilización para ayudar al tartamudo a manejar estos y otros problemas relacionados con su auto-concepto.

Hemos estudiado intensamente los cambios del auto-concepto de los tartamudos que pasaron por nuestra clínica. Comenzaron su cambio resolviendo en primer lugar el conflicto entre su identidad tartamuda y la identidad hiper-fluida de sus fantasías y después aceptando el rol del tartamudo gracias a la terapia. Olvidaron su “complejo de Demóstenes” a cambio de una definición más realista como individuos que tienen un irremediable desorden de habla. Una vez que esto fue conseguido y demostrado a los demás repetidamente a base de cancelaciones, pull-outs y otras modificaciones, comienzan a verse de una manera distinta. Eran tartamudos que habían estado severamente impedidos por su desorden pero ya no. “Solía ser un tartamudo muy severo, pero ahora lo hago bastante bien.” El siguiente paso en el desplazamiento de su auto-concepto era la consideración de “tartamudo fluido.” Todavía era tartamudo, pero uno muy fluido. La siguiente transición era hacia una “persona que ocasionalmente tartamudea.” Después apareció la concepción de la “persona que en ocasiones habla tartamudeando.” Raramente un adulto tartamudo va más allá de este auto-concepto, pero unos pocos de ellos finalmente fueron capaces de olvidar o desechar el hecho de que alguna vez fueron tartamudos. Estas personas se acabaron considerando hablantes completamente normales. Debemos mencionar que estos cambios raramente progresan de manera lineal. Los tartamudos oscilan adelante y atrás, arriba y abajo en la progresión. Al principio, una nueva visión de sí mismo es inestable y precaria y la regresión es frecuente, pero eventualmente se consolida y sirve de punto de partida para la siguiente revisión.

Nuestra terapia, a diferencia de muchas otras, está diseñada para promover estos cambios. No intentamos convencer al tartamudo, como lo hicieron Froeschels, Fernau-Horn, Wendell Johnson, y muchos otros, de que no es un tartamudo realmente sino meramente un hablante normal que habla tartamudeando. Cuando el oyente y la persona misma interpretan la presencia de palabras rotas como un indicativo de que es un tartamudo, es muy difícil para él mantener lo contrario. Considérese una persona que es conocida por todos sus semejantes cercanos como un alcohólico y cuyo comportamiento corrobora vivamente esa impresión y ¡aún así insiste en considerarse un bebedor social! Incluso sí, como insiste Froeschels⁵, la tartamudez fuera el producto de un error de lógica que se desarrolla como consecuencia de una diagnosis errónea de disfluencias normales, la triste realidad es que, cuando las otras personas le ven como un tartamudo, él también se ve así. Estamos convencidos de que algunos tartamudos adquieren su desorden al aprender respuestas anormales a claves situacionales y fonéticas, pero, una vez que el tartamudo acepta la evaluación de su cultura y se define a sí mismo como tartamudo, hay poco valor

⁵ Véase “Imitación de tartamudez” en E. Froeschels, *Selected Papers of Emil Froeschels* (1964)

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

clínico en pretender que este concepto de sí mismo no existe. En lugar de ello, aceptemos el auto-concepto de tartamudo como un hecho y procedamos a modificarlo.

Es en esta fase del periodo de estabilización donde tienen lugar muchos de los cambios de auto-concepto que hemos descrito. En este momento el tartamudo se define como un tartamudo que antes estaba severamente discapacitado pero ya no tiene tantos problemas. De hecho, muchos de nuestros casos se ven a sí mismos en esta fase como hablantes muy fluidos que tartamudean en ocasiones. ¿Cómo podemos estabilizar este auto-concepto y facilitar posteriores auto-conceptos incluso mejores? ¿Cómo podemos asegurarnos de que las oscilaciones de la identidad se muevan en la dirección del hablante normal?⁶

Aunque su fluidez se confirma cada vez que habla, hemos visto que es importante darle al tartamudo oportunidades de mostrar esta fluidez en situaciones de habla formales. Hace mucho, Heltman (1941), sostenía que uno de los factores que había conseguido aislar como uno de los principales productores de “cura” permanente, era que aquellos que finalmente habían adquirido el estatus de hablantes normales habían hecho grandes cantidades de habla en público. Estando conectados a una universidad, ha sido muy fácil para nosotros proporcionar este tipo de situaciones de habla formal. En línea con nuestra creencia en la necesidad de una modificación en el auto-concepto, nos aseguramos de que cada tartamudo, al principio de la terapia, tenga una oportunidad de demostrarse a sí mismo que es un tartamudo severo y después que es uno que ha mejorado mucho pero que aun está trabajando duro en su problema. Si alcanza el estadio de estabilización, le proporcionamos algunas experiencias delante de un grupo comprensivo, en las que pueda manejar los tartamudeos residuales tan bien que la audiencia no reconoce que es tartamudo y se sorprende cuando él lo dice. En este momento exhibe el auto-concepto de un tartamudo muy fluido y sus oyentes están de acuerdo. Finalmente le hacemos hablar delante de extraños que no saben que es tartamudo y él se esfuerza (sin evitaciones) para que ellos acepten que es algún tipo de hablante normal disfluyente. Filmando estas sesiones y viéndolas repetidamente tienen lugar cambios remarcables en la auto-definición. Incluso una simple grabación de audio tiene un gran impacto. De nuevo se ve como los demás le ven, pero ahora es una persona distinta. La pantalla y el sonido lo dicen.

⁶ El autor de este texto, antes un tartamudo muy severo, tuvo la suerte de recibir un buen consejo de Bryng Bryngleson poco después de haber adquirido una excelente fluidez a base de modificar sus comportamientos tartamudos. Bryngleson sugirió que, en un periodo de seis semanas, este autor debía hacer el papel de tartamudo muy severo desde las 8 A.M. hasta las 6 P.M., y después, hasta meterse en la cama, hablar lo mejor que pudiera. Accedimos con relucencia a esta terapia tipo Cenicienta y seguimos el programa con bastante fidelidad. Fue muy duro hacer pseudotartamudeos durante tantas horas al día cuando sabíamos que podíamos hablar fluidamente y agradecíamos al reloj cuando hacía sonar las seis de la tarde. No obstante, el programa resolvió nuestros problemas de identidad y no hubo recaídas. No creemos que pudiéramos haber conseguido nunca que uno solo de nuestros tartamudos completase este programa.

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

No creemos, por supuesto, que estas experiencias sean suficientes para cambiar el auto-concepto del tartamudo. Más bien sirven para corroborar de una manera muy vívida las nuevas percepciones que ha ido adquiriendo gradualmente en cientos de contactos persona a persona. Al principio de la terapia se sintió evaluado por el terapeuta, sus compañeros tartamudos, y todo el mundo que conoce, como un tartamudo, y ha aprendido finalmente a aceptar esa realidad. Después, a medida que comienza a trabajar con sus comportamientos tartamudos, descubre que los demás reconocen y respetan el hecho de que él está tratando de manejar su desorden. A medida que mejora, sus conocidos reflejan esa mejoría con sus actitudes y comentarios. Sus evaluaciones le afectan y comienza a verse de manera distinta. Después, cuando es capaz de hablar muy fluidamente a pesar de algunos tartamudeos intermitentes menores, sus amigos se maravillan de nuevo por el cambio. De nuevo sus reacciones casi fuerzan el cambio de auto-definición. Y finalmente, en su contacto con aquellos que no conocía, comienza a darse cuenta de que le ven como un hablante normal. Así, tanto los contactos individuales como las experiencias se juntan para alterar el auto-concepto del tartamudo.

A lo largo de toda la terapia nos encontramos una y otra vez preguntando la misma cuestión: “¿Qué es exactamente lo que el oyente oyó y vio?” “¿Cómo reaccionó?” “¿Qué clase de juicio crees que hizo de ti?” Hacemos estas preguntas para liberar al tartamudo de sus percepciones distorsionadas pero siempre encontramos que las respuestas reflejan la manera como él se define a sí mismo. Durante el periodo de estabilización le sugerimos que colecciona y clasifique las diferentes maneras como le ven sus oyentes. ¿Cuántos de sus oyentes le juzgaron como un tartamudo severo, o como un tartamudo que trabaja duro en su problema de habla, o como un tartamudo fluido, o como una persona que en ocasiones habla tartamudeando, o incluso como un hablante normal? Por supuesto él no puede estar siempre seguro de la manera como piensan pero, ¿Cuáles fueron sus impresiones más probablemente? Cuando hace este chequeo, ¿sus propios juicios son correctos? En ocasiones, durante un día entero, el tartamudo evalúa a sus oyentes y después de unas semanas se da cuenta de que ha dado un paso de gigante. Probablemente haya encontrado uno o dos individuos que le vieron como un tartamudo, seguramente leve. También encontrará algunos que le juzgan como un tartamudo que trabaja su problema. Pero la mayoría de ellos le verán como un tartamudo muy fluido o un hablante normal que en ocasiones habla tartamudeando. Lo que es más importante en este tipo de asignaciones es que proporcionan un vehículo para futuras evaluaciones. Una vez tartamudo, ¿siempre tartamudo? Encontramos poca lógica y virtud en esa posición tan derrotista. ¿Qué terapeuta es capaz de fijar límites al potencial humano? Nos sentimos muy contentos cuando un cliente termina la terapia con el auto-concepto de un tartamudo fluido, pero preferimos que oscile entre este rol y el de hablante normal. Pensábamos que un tartamudo adulto severo confirmado nunca podría pasar a la cultura del mundo fluido, y nunca podría asumir el rol de un hablante normal, pero alguno de nuestros casos nos ha demostrado que estábamos equivocados. Por lo menos deberíamos intentar facilitar este final en lugar de erigir obstáculos en el camino.

Cada cambio de auto-concepto viene acompañado de mucha ansiedad. Parece como si existiese algún tipo de protesta homeostática en contra de estos cambios fundamentales

en la propia consideración. Los tartamudos han visto sus antiguas poses de hablante fluido pinchadas tan a menudo y tan traumáticamente que se resisten activamente a la invitación del terapeuta para que descubran si realmente pueden llegar a serlo. Ahora conocen muy bien los peligros de la evitación y de la impostura y tienen miedo de caer en la tentación de usar de nuevo estas defensas. No quieren tener demasiada esperanza, no vaya a ser que esa esperanza sea de nuevo hecha pedazos. En cada nuevo paso hacia un habla mejor encontramos protestas y resistencia porque los tartamudos tienen miedo a la esperanza. Cuando nos han confesado estos temores les hemos dicho: “Exploremos. Veamos que pasa. Si quieres, espera lo peor pero veamos lo lejos que puedes llegar. La identidad es un manojo de roles atado por la imagen de un cuerpo. Hay muchos prismas distintos, no sólo uno. Se puede ser un tartamudo fluido en un momento y un hablante normal en otro. Incluso se puede ser de nuevo un tartamudo severo cuando tu fragilidad se tope con mucho estrés y te rindas a ella. Lo importante es ayudar a los roles deseados a desarrollarse tanto como sea posible. Puedes fluctuar adelante y atrás, pero ya has visto que la mayoría del tiempo te consideras a ti mismo de manera distinta a como lo hacías antes. Quizá finalmente descubras que “tartamudo fluido” es el más predominante de esos roles y que eso es lo máximo a lo que puedes llegar. Bueno, vamos a verlo.” Sospechamos que estas palabras tranquilizadoras lo son más para el terapeuta que para el cliente pero nuestros tartamudos parecen requerir este tipo de guía en este momento. Uno de nuestros clientes respondió a lo anterior con lo siguiente: “¿Quieres decir que está bien ser un hablante normal a tiempo parcial? Puedo tragármelo de momento, pero no será siempre así. No. Quizá nunca llegue a tragármelo del todo.” Pensamos que esta respuesta era bastante justa.

Terminando la terapia.

“Todo tiene un final y una mujer tiene dos —y tío Toby nunca era capaz de distinguir uno del otro,” decía el Tristram Shandy de Lawrence Sterne. Un terapeuta debería saber cuando terminar una terapia y como debería terminar una terapia. Normalmente el tartamudo le dirá de muchas maneras sutiles u obvias que el momento ha llegado. No aparece por la consulta un día o un par de ellos; se impacienta con los compañeros del grupo; incluso parece aburrido de la tartamudez y de sí mismo. Ni siquiera está excitado por su fluidez sino que la toma como algo normal. Es tiempo de acabar.⁷

Si podemos discernir algunos de estos signos antes de que sean demasiado obvios seremos capaces de prevenir la súbita huída, que puede provocar algo de culpabilidad. El terapeuta puede comenzar por aumentar el tiempo entre consultas. Puede dividir el grupo en otros más pequeños. Puede tomarse unas pequeñas vacaciones, sugiriendo que el grupo se reúna por su cuenta y revisen sus progresos y discutan como se sienten acerca de la

⁷ Hace mucho, Thorne (1950) tuvo unas sabias palabras sobre el final de una terapia. En primer lugar, insistía que la decisión era responsabilidad del terapeuta aunque debía basarse en la evaluación del progreso y los logros del cliente. En segundo lugar, advertía contra la sobre-terapia como un refuerzo de la dependencia del cliente.

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

posibilidad de terminar la terapia. Finalmente propone una consulta en la que él y el tartamudo, en su rol de auto-terapeuta, exploran la cuestión. ¿Este caso, llevado por ambos, está preparado para marchar? ¿Necesita más contacto con el terapeuta? El terapeuta expresa su fe en la habilidad del tartamudo fluido para enfrentarse a los problemas del futuro; verbaliza algunos sentimientos que otros tartamudos han tenido en el mismo momento. Repasa el progreso alcanzado. No dice nada sobre las debilidades del tartamudo, no exhorta ni advierte.⁸ La consulta es de baja intensidad, de tono casual. El terapeuta asegura al tartamudo que estará siempre disponible para consultas cuando tenga una urgencia pero que la terapia formal ha terminado. Se menciona la posibilidad de consultas de seguimiento anuales e informes escritos y telefónicos. La consulta termina con una nota mutua de alivio. Ambos han hecho lo que han podido.

Hemos conocido terapeutas que encontraron difícil liberar a sus casos debido a una contra-transferencia o efecto Pigmalión. Cuando uno ha invertido mucho de sí mismo en otro ser humano, le ha llegado a conocer íntimamente, ha pasado con él momentos buenos y malos, el inevitable momento de la despedida siempre parece llegar demasiado pronto. Siempre hay algo de tarea sin terminar incluso en la mejor de las terapias pero un saludable respeto por la ley de los rendimientos decrecientes y una apreciación del potencial que todos tenemos para sanarnos a nosotros mismos —sin ayuda constante— bastarán para hacer más fácil la despedida.

Además, otros nos necesitan.⁹

⁸ Un repaso iluminador de los principios para terminar una terapia (después de psicoterapia) puede encontrarse en Brammer y Shostrom *Therapeutic Psychology* (1960) pp. 204-8.

⁹ Para un repaso de los éxitos y fracasos de este autor durante el periodo de 20 años en el que experimentó continuamente con diferentes enfoques para desarrollar el programa terapéutico que ha sido presentado aquí, véase su sección en Eisenson, J. *Stuttering: A Symposium* (1958). Para un caso detallado de éxito clínico y otro de fracaso clínico, véase: *Stuttering: Successes and Failures in Therapy* (Speech Foundation of America, 1968).

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