



# Giornata internazionale di consapevolezza sulla balbuzie

## 22 ottobre

La balbuzie è un disturbo molto più diffuso di quanto si creda: sono circa **70 mln** le persone **nel mondo** che ne soffrono e quasi **1 mln in Italia**.

Nonostante ciò, rimane un argomento celato sotto un sottile velo di imbarazzo.

Spesso, **parlarne crea disagio** a chi ne soffre e a coloro che gli sono accanto.

Bambini, ragazzi e adulti **rischiano di rassegnarsi** a vivere una vita al di sotto delle proprie potenzialità, perdendo un po' di sé ad ogni **parola** non pronunciata, inceppata o ingoiata insieme alla vergogna di balbettare.

**La balbuzie non è un fatto di cui vergognarsi e non va nascosto o ignorato.**

**La balbuzie è un problema che può essere superato e il primo passo è quello di parlarne.**

#spiazzalabalbuzie  
#ISAD



**PSICODIZIONE**  
balbuzie e comunicazione



**One Size Does NOT Fit All**  
International Stuttering Awareness Day  
October 22, 2023  
[www.isad.live](http://www.isad.live)

# 10 consigli per essere di supporto ad una persona che balbetta

- **non anticipare o concludere mai la parola** che non riesce a pronunciare così da farle portare a termine il suo pensiero ed il suo sforzo comunicativo
- **mantieni sempre un contatto visivo accogliente** anche in presenza del blocco, senza distogliere l'attenzione
- **continua a dimostrare interesse**, rispondi o fai capire che hai recepito il messaggio
- **non metterle fretta**: deve percepire che il tempo non è un problema per chi ha di fronte
- **evita suggerimenti** del tipo "stai calmo, respira, parla più lentamente", agitano ancora di più la persona che sta già facendo del suo meglio
- **ascolta e lascia terminare il messaggio** rispettando il turno comunicativo
- **non porre domande multiple** e lascia il tempo alla persona di elaborare una risposta alla volta
- **evitiamo il pietismo**, non c'è nulla di più imbarazzante per chi sta avendo una difficoltà nel comunicare
- **non prestare maggiore attenzione ai momenti di balbuzie** rispetto a quelli di maggiore fluenza
- fai in modo che la persona **si senta a proprio agio**
- **evita frasi** del tipo "scusa ho fretta", "cosa mi volevi dire?", "dunque?", ricevere la richiesta frettolosa e secca di esporre un concetto o di ripeterlo può metterla in difficoltà

#spiazzalabalbuzie  
#ISAD



**PSICODIZIONE**  
balbuzie e comunicazione



**One Size Does NOT Fit All**  
International Stuttering Awareness Day  
October 22, 2023  
[www.isad.live](http://www.isad.live)