

WORLD
STUTTERING
NETWORK

HUDDLES!

Cuota. Aprender. Crecer.

1. El ojo del espectador

¿Por qué es tan difícil mantener el contacto visual mientras tartamudea?

Preguntas de discusión grupal:

- ¿Es difícil mantener el contacto visual cuando tartamudea? ¿Por qué crees que es?
- ¿Le ayuda a tartamudear si mantiene el contacto visual?

Actividad grupal:

EN PARES:

- Dividir en parejas
- Mantenga un contacto visual estricto *mientras permanece en silencio* durante 2 minutos (*concéntrese en relajarse y hacer que la otra persona se sienta cómoda*)
- Cambiar de socio

como GRUPO

- Túrnense parados frente al grupo en completo *silencio*
- La audiencia mantiene un contacto visual estricto con la persona de enfrente
- La persona al frente da contacto visual a cada persona.
- *NO SIENTA ninguna presión para hablar. SIENTA la conexión entre usted y su audiencia.*

Preguntas de actividad:

- ¿Le resulta incómodo mantener el contacto visual? ¿Por qué? ¿Cómo te sentiste?
- ¿Sentiste una conexión gradual con la persona a la que estabas mirando a los ojos?

Desafío del grupo de apoyo:

Haga contacto visual intencional durante el próximo mes, especialmente cuando tartamudee. Cuéntenos tu experiencia en nuestro próximo encuentro.

NOTA: Lo anterior se basa en el concepto innovador *Speaking Circles* de John Harrison.

2. Líderes que tartamudean (LWS)

A lo largo de la historia, los tartamudos han demostrado liderazgo en el ámbito político, el mundo empresarial, los entornos educativos y en muchos otros ámbitos.

Discusión de grupo:

- Piense en un líder de alta calidad que conozca. Alguien que tartamudea o no. Puede ser alguien que conozcas personalmente o alguien a la vista del público. ¿Qué cualidades poseen que los convierten en un buen líder?
- ¿Qué cualidades indican que alguien aún no está preparado para ser líder de otros? ¿Cómo podría cambiar eso? ¿Está todo el mundo destinado a ser un líder?
- ¿Cuáles son los obstáculos que encuentra una persona que tartamudea cuando busca o ya está en una posición de liderazgo?
- ¿Cuáles son los primeros pasos que puede dar una persona para desarrollar sus habilidades de liderazgo? Piense en grupos comunitarios locales, deportes, grupos de apoyo, etc.
- ¿Cómo ayudamos a los niños y adolescentes que tartamudean a sentirse elegibles para buscar puestos de liderazgo?
- ¿Qué responsabilidades tiene un LWS para con la comunidad de tartamudos, si corresponde?

Actividad de grupo

· “El pesimista se queja del viento. El optimista espera que cambie. El líder ajusta las velas.” John Maxwell

- ¿Qué significa esta frase para ti?
- Mira este video.
- <https://www.youtube.com/watch?v=sTRArIPOdJY>
- ¿Qué cualidades de liderazgo son visibles en el hablante?
- ¿Qué parte de su discurso fue memorable para ti?
- ¿Cómo su tartamudeo mejoró la calidad de su historia? el interés de sus oyentes

3. *Hablaralta*

en vozEs fácil quedarse callado cuando tartamudea. No hacer una pregunta, perder una oportunidad o incluso que se aprovechen de ella puede parecer mejor que tartamudear. Pero . . . ¿Es esta la *MEJOR* forma de vivir?

Preguntas grupales:

- ¿Cuántos de nosotros tuvimos una ocasión HOY en la que deseamos haber dicho algo pero no lo hicimos? ¿Qué sucedió?
- ¿Cuántos de nosotros tuvimos una ocasión HOY en la que hablamos cuando no teníamos que hacerlo? ¿Por qué hablaste?
- Cada asistente le cuenta al grupo de un **crucial** momento de su vida en el que **NO** hablaron.
 - ¿Fue por *tartamudeo* o la *posible consecuencia* de lo que querían decir?
- Cada asistente le cuenta al grupo de un **crucial** momento de su vida en el que **SÍ** expresaron su opinión.
 - ¿Tartamudeaste? En caso afirmativo, ¿afectó el resultado?
 - Como te sentiste después?
- **¿Puede ser asertivo y tartamudear?** ¿Por qué o por qué no?

Actividad grupal:

- Miren juntos este video de 38 segundos.
<https://www.youtube.com/watch?v=C4ACeoqEjeA>
- Párate en círculo.
- Siente la pose de poder
- Da la vuelta al círculo y di algo. No digas nada.
- Siente la pose de poder.
- Repetir.

Desafío del grupo de apoyo

Sea firme y hable una vez durante el próximo mes mientras esté en su postura de poder. Cuéntanos tu experiencia en nuestro próximo encuentro.

4. ¡Ayuda!

¿Cuántas veces has escuchado:

"*Detente y respira ...*".

"*Relájate y baja la velocidad ...*".

Y el favorito de TODOS LOS TIEMPOS, "*¿Olvidaste tu nombre?*"

Preguntas de discusión grupal:

- ¿Cuáles son los dichos comunes cuando la gente intenta ayudarnos?
- ¿Alguien ha intentado que se sienta cómodo bromeando sobre la tartamudez? ¿Cómo te hizo sentir eso?
- ¿Qué haces cuando la gente termina tu palabra o frase?
- ¿Las personas NO te involucran en actividades o conversaciones porque piensan que la tartamudez te avergüenza?

Actividad grupal: ¡

MEJOR respuesta!

- Divídanse en parejas y descubran la **mejor** respuesta a estos dichos comunes:

- "*Simplemente deténgase y respire ...*"
- "*Relájese y disminuya la velocidad ...*"
- "*¿Tartamudea?*"
- "*¿Estás nervioso?*"
- "*¿Estas diciendo la verdad?*"
- "*¿Olvidaste tu nombre?*"

Desafío del grupo de apoyo:

utilice este consejo durante el próximo mes y cuéntenos cómo le fue.

5. ¿La escritura *AYUDA a la tartamudez*?

Los avances en la tecnología han permitido a muchos tartamudos experimentar una mayor libertad de expresión. Las voces digitales pueden ser muy poderosas y satisfactorias. Pero, ¿una mayor dependencia de esta forma de comunicación *ayuda* o *perjudica* la tartamudez?

Preguntas de discusión grupal:

- ¿Cómo le han ayudado los avances en tecnología a comunicarse?
- ¿Hablas menos de persona a persona?
- ¿El uso intensivo de la comunicación digital afecta su tartamudez? Por ejemplo, ¿Cuanto más mensajes de texto, más tartamudea?
- ¿Cómo ha afectado la comunicación digital a su carrera? ¿Ha cambiado qué y cómo lo haces?
- En general, ¿la tecnología ha mejorado la vida con la tartamudez?

Actividad grupal:

- Con emoticonos o mensajes de texto abreviados, cuénteles a otro miembro una historia corta o un mensaje.
- El miembro receptor transmite la historia o el mensaje al grupo.
- ¡Esto es muy divertido!

Desafío del grupo de apoyo:

cada miembro hace una llamada telefónica en lugar de enviar mensajes de texto durante el próximo mes. Cuéntenos la experiencia en la próxima reunión.

6. Ser un comunicador eficaz

Hay más de una manera de ser un comunicador atractivo, agradable y eficaz ... con o sin tartamudeo.

Discusión grupal

- ¿Cuál es la diferencia entre la comunicación efectiva y la fluidez?
- ¿Puede ser un comunicador eficaz si tartamudea? ¿Cómo?
- ¿Todas las personas fluidas son buenos comunicadores? ¿Por qué o por qué no?
- ¿Cómo cambiaría la calidad de vida de una persona si se enfocara en dar a conocer su mensaje en lugar de hacerlo en la fluidez? ¿Cómo podría cambiar su participación en la conversación?

Actividad de grupo ;

Haga un mapa de palabras!

- Consigue una pizarra o una hoja de papel.
- Dibuja un círculo en el medio. Escriba la palabra "Comunicador eficaz" en el medio del círculo.
- Pida a los miembros del grupo que piensen en alguien que conozcan que sea un comunicador eficaz (p. Ej., Si estuviera en una fiesta, usted se sentaría a su lado; si él / ella estuviera dando una conferencia, probablemente iría; si quisiera hablar a alguien, pensarías en él / ella.)
- Pida a los miembros del grupo que enumeren las características de la persona que tienen en mente. Recorra la lista de características del grupo mientras las escribe en el mapa de palabras.
- Discuta cuántas características no están relacionadas con la fluidez.

Desafío del grupo de apoyo

Observe los hábitos de habla de las personas que lo rodean a lo largo del día.

Evalúe sus propios hábitos de conversación que se prestan a una comunicación eficaz. ¿Qué cualidades valoras? ¿Qué te gustaría cambiar / mejorar por ti mismo?

7. ¿Tiene un *secreto* tartamudeo?

¿Cuántos saben qué *tartamudeo encubierto* ¿medio? ¿Cómo lo explicaría?

Explicaciones comunes:

Intentar pasar como fluido.

Ocultar su tartamudeo

Negarse a reconocer su tartamudeo

Preguntas de discusión grupal:

- ¿Hablas abiertamente sobre tu tartamudez?
- ¿Habló / habla su familia sobre su tartamudez?
- ¿La gente en el trabajo sabe que tartamudea? De no ser así, ¿la tartamudez perjudicaría su carrera?
- ¿Tus amigos saben que tartamudeas? Si es así, ¿lo hablas con ellos?
- ¿Le dices a los extraños que tartamudeas? es decir, tener dificultad para pedir comida
- ¿Es *más* estresante ocultar su tartamudeo que ser abierto acerca de la tartamudez?

Actividad grupal: la

tartamudez encubierta se basa en el miedo. ¿Cuántos miedos podemos enumerar con respecto a la tartamudez?

Desafío del grupo de apoyo:

Dígale a una persona nueva cada semana durante el próximo mes que tartamudea o menciona el tartamudeo en una conversación. Cuéntenos sobre su (s) experiencia (s) en nuestra próxima reunión.

8. ¿Tartamudo vs. Persona que Tartamudea (PWS)?

Diferentes personas usan diferentes términos para describir a los que tartamudean.

¿Qué dices?

Discusión grupal

- En la década de 1990, hubo un cambio en los Estados Unidos para usar el lenguaje de la persona primero (por ejemplo, persona que...). ¿Por qué crees que sucedió esto? ¿Qué pretendía lograr?
- ¿El cambio de lenguaje está diseñado para ser más respetuoso o políticamente correcto? ¿O ambos? ¿Cuánto hace la diferencia?
- Los defensores de la discapacidad promovieron el concepto de que una persona no debe ser definida por un diagnóstico. Al poner literalmente "persona" en primer lugar en el lenguaje, lo que una vez fue una etiqueta se convierte en una mera característica. ¿Crees que marca la diferencia? ¿Disminuye o aumenta el estigma? ¿Por qué o por qué no?
- Si solo usamos el lenguaje de la persona primero con personas que tienen discapacidades, ¿estamos resaltando la discapacidad? Por ejemplo, decimos *atleta y artista*, no *persona que es atlética y persona que es artística*.
- Si optamos por NO definir la tartamudez como una discapacidad, sino como una forma diferente de hablar, ¿eso afectará su terminología?

Actividad grupal

1. Entregue a todos una hoja de papel.
2. Dibuja una línea en el medio.
3. En una columna, escriba el título "PWS". En la otra columna, escriba el título "Tartamudo".
4. Escriba los pros y los contras de cada uno.

Kathie Snow, defensora de los derechos de las personas con discapacidad, afirmó que "las etiquetas siempre han provocado que las personas se desvaloricen".

“No se trata realmente de sensibilidad”, dice Kenneth St. Louis, un tartamudo. "Se trata de: esta es la forma en que se hace". Además, sugiere St. Louis, el sentimiento expresado en la comunicación es mucho más importante que los circunloquios lingüísticos presentes en el idioma. "Si vas a ser un idiota", dice, "puedes ser tan idiota usando el lenguaje de la persona primero como usando la etiqueta directa". (Collier, 2012)

9. "Sí, tartamudeo".

¿Divulgación, autodefensa, publicidad? Como sea que lo llames.
Decirle a los demás que tartamudea.

Preguntas de discusión grupal:

- ¿Le dices a la gente nueva que tartamudeas?
- ¿Cuándo empiezas a hablar? ¿O durante la conversación?
- ¿Cómo les dices?
- ¿Tartamudeas MÁS después de que la gente sepa que tartamudeas?
- ¿Cómo reacciona la mayoría de la gente cuando les dice que tartamudea?
- ¿Se siente más cómodo después de que la gente sepa que tartamudea?
- ¿Alguien tiene una forma divertida de decirle a la gente que tartamudea?

Actividad de grupo:

Cada asistente llena los espacios en blanco y se los lee al grupo:

- "Sí, tartamudeo".
- "Sí, yo _____"
- "Sí, yo _____"
- "Sí, yo _____"
- "Sí, yo _____"

Hacemos MUCHAS cosas además de tartamudear.

Desafío del grupo de apoyo:

Dígale al menos a una persona nueva este mes que tartamudea. Comparta su experiencia en nuestro próximo encuentro.

10. Citas y relaciones como tartamudo

"¿Debería?" "¿Y si?" e innumerables otras preguntas sobre relaciones.
¿Cómo encuentras pareja si tartamudeas?

Preguntas de discusión grupal:

Para aquellos que están saliendo:

- ¿Le dices que tartamudeas antes de la primera cita?
- ¿Hablas de tartamudear en la cita?
- ¿Ha sido rechazado por tartamudeo? ¿Cómo te las arreglaste?
- ¿Cómo reaccionan la mayoría de las citas cuando les dices que tartamudeas?

Para aquellos en una relación:

- ¿Cómo conociste? ¿Qué papel jugó la tartamudez en las citas?
- ¿La tartamudez surge en la vida cotidiana?
- ¿Tu pareja apoya y comprende tu tartamudeo?

Para aquellos con niños:

- ¿Tenía miedo de que sus hijos tartamudearan? Si es así, ¿cómo lo resolvió?
- ¿Alguien tiene hijos que tartamudean? ¿Cómo se las arreglan?
- ¿Sus hijos entienden su tartamudez? ¿Cómo se lo explicaste cuando eran jóvenes?

Actividad grupal:

- ¿Qué le dirías a tu yo más joven sobre las citas y las relaciones?

Desafío del grupo de apoyo:

- Pídale a su compañero que escriba un párrafo para compartir con el grupo sobre su tartamudez. Comparte en la próxima reunión.
- Para aquellos que están saliendo, dígame a una cita potencial que tartamudea antes de la primera cita, luego cuéntenos cómo se desarrolló.

11. ¿Los tartamudos son buenos oyentes?

"Mi tartamudeo me convierte en un buen oyente".

¿Has oído eso, o incluso lo has dicho tú mismo?

¿La tartamudez **naturalmente** nos convierte en un *mejor* oyente?

Preguntas de discusión grupal:

- ¿Eres bueno escuchando? ¿O normalmente se concentra en comenzar su próxima oración?
- Algunos inician su sonido basándose en el ritmo de otro hablante. Esto puede parecer una interrupción. ¿Empiezas tu frase mientras otra persona está hablando?
- ¿Alguna vez has bloqueado tu oración, alguien más comienza a hablar y luego, cuando comienzas tu oración, parece que estás hablando demasiado con el hablante?
- ¿Pareces un buen oyente, cuando en realidad no quieres hablar debido a la tartamudez?
- Algunos han comparado hablar en una conversación grupal como saltar la cuerda mientras intentas tomar el ritmo. ¿Has sentido esto? ¿Cómo se une a una conversación grupal de ritmo rápido?

Actividades grupales:

"SIGUIENTE PALABRA":

- ¡Diviértase mientras cuenta una historia en grupo!
- Cada uno dice una palabra
- Tomen turnos en el sentido de las agujas del reloj
- Cada persona debe escuchar atentamente mientras intenta que la historia tenga sentido o inserte humor

"SOCIOS DE LA HISTORIA"

- Elija dos voluntarios.
- Cada persona dice una oración como parte de una historia general.
- Desafía a la otra persona dándole una oración difícil de seguir.

"90 SEGUNDOS COMPARTIR"

- Forme socios.
- El líder da un tema para discutir.
- El dúo habla durante unos 90 segundos (o más, si lo desea).
- Al final, regrese al grupo. Comparta algo que SU SOCIO haya dicho sobre el tema.

¡TODOS los juegos son tremendamente divertidos y traen muchas risas a la reunión!

Desafío del grupo de apoyo: Anime a los miembros más callados a hablar más dándoles espacio con 'pausas grupales'. Los miembros que tienden a más pueden practicar **habilidades de escucha activa** hablar con aquellos que no hablan tanto.

12. Efecto contraproducente El

Dartmouth College publicó un estudio de investigación basado en la inutilidad de argumentar creencias. Llegaron a la conclusión de que la otra persona rara vez está convencida de que está equivocada. . . en cambio, su creencia se vuelve MÁS FUERTE. Su trabajo de investigación se titula *The Backfire Effect*.

Preguntas grupales (sin debate; solo escuche):

- ¿Alguna vez ha tenido un desacuerdo sobre la tartamudez? Cuéntenoslo.
- ¿Con qué está más en *desacuerdo* sobre la tartamudez percepciones? ¿Con qué estás más de *acuerdo* ?
- ¿Cuántas escuelas de pensamiento diferentes sobre la tartamudez podemos identificar?
- ¿Qué importancia tiene apoyar los puntos de vista y las posiciones de los demás en relación con la tartamudez?
- PREGUNTA ADICIONAL: ¿Tiene alguien el derecho de decirle a otra persona cómo tartamudear? ¿Por qué o por qué no?

Actividad de grupo:

"Tartamudear como yo" *Vista en tercera persona*

Pregunte a cada persona del grupo:

§ "Si otra persona tartamudeó como USTED, cuéntenos cinco formas en que maneja la tartamudez en la vida cotidiana".

§ "Si otra persona tartamudeara como TÚ, ¿qué creerían acerca de la tartamudez?"

§ "Si otra persona tartamudeara como USTED, ¿querría mejorar su habla o estar contenta como está?"

Desafío del grupo de apoyo

¿Cuál es la declaración de misión de su organización? Léalo al comienzo de su próxima reunión.

¿No tienes uno? Todos aporten sus pensamientos sobre lo que debe incluir la declaración de misión de su grupo. Crea uno.