

SESTO SAN GIOVANNI

LE ORIGINI

EMILIANA DI NASCITA TORINESE PER AMORE E IN CITTÀ PER LAVORO

IL METODO

ELABORATO A PARTIRE DALLE PROPRIE ESPERIENZE CON TANTE TECNICHE

LA SVOLTA

Per metà della sua vita Chiara Comastri è stata balbuziente, poi ha messo a punto un modo per far superare l'ostacolo anche agli altri: «Non lavoriamo sulla causa — precisa —. Superare la paura o l'eventuale trauma che sta alla base del disturbo non restituirebbe la fluidità della parola»

(Spf)

Prima balbettavo Adesso vi aiuto a non incepparvi

La psicologa Chiara Comastri

di PATRIZIA LONGO

— SESTO SAN GIOVANNI —

A SENTIRLA PARLARE, nel suo linguaggio rapido e fluente, nessuno lo direbbe. Eppure Chiara Comastri, psicologa 36enne, ha un lungo passato da balbuziente: per metà della sua vita, ha lottato disperatamente contro gli «inceppi». Ma ha vinto la sua battaglia. Di più: ha messo a punto un metodo tutto suo chiamato «psicodizione» e insegna con successo la rieducazione del linguaggio.

«Ho iniziato a balbettare a tre anni senza motivo apparente», ricorda la donna. Chi balbetta sa esattamente cosa vuol dire ma altrettanto esattamente che ci sarà un suono difficile da esprimere. Si spaventa di questi blocchi e prova tutti gli escamotage per mascherarli: con la respirazione, forzando il suono, cercando disperatamente sinonimi e giri di parole. Invano.

«**DIVENTI** un attore fantastico. Ricordo ancora quante volte ho cambiato ordinazione al bar: non mi veniva cappuccino e dicevo succo di frutta. In pizzeria ordinavo come il vicino, "due". A scuola è stato terribile: le interrogazioni mi terrorizzavano, compagni e professori erano imbarazzati e mi compativano, io provavo dolore e rabbia. E la pagella era pessima». E proprio da questi traumi che nasce la «psicodizione»: «Parte dalla mia

conoscenza diretta del problema passa dalle mie delusioni e dai miei insuccessi». Perché lei le ha provate tutte, sin da piccola. È stata da una psicologa, «che mi faceva sentire diversa». Ha tentato con il training autogeno e le medicine omeopatiche per l'ansia. Poi nei centri specializzati. Tutto inutile. Finché, a 18 anni, ha sperimentato una tecnica che le permetteva di superare la balbuzie seguendo il ritmo di un metronomo. «Ma non volevo certo rimanere legata per sempre a una macchinetta».

IL RESTO lo hanno fatto i suoi studi, una laurea sulla balbuzie, e un'intuizione: l'approccio comportamentale affiancato a uno tecnico. «Lavoriamo molto sulla riscoperta di come produciamo i suoni e li possiamo controllare, liberando la mente da altri pensieri». Non è stato facile. «Quando ho visto il film sul re inglese Giorgio VI, ho pianto come una fontana: si sono risvegliati mostri e fantasmi». Il futuro, però, è finalmente roseo: «Ogni volta che dico "pronto", senza nessuna esitazione, mi rendo conto di quanta strada ho fatto. Ho trasformato una difficoltà in un'opportunità e insegno agli altri a seguire la mia stessa strada».



NELLE SCUOLE

Parlare in pubblico fa superare i disagi anche ai bambini

— SESTO SAN GIOVANNI —

NON SOLO contro la balbuzie. La psicodizione, infatti, è un viaggio di riscoperta della comunicazione: libera la mente dall'idea pressante di un blocco, perché permette di concentrarsi sul suono. Ecco perché può trovare spazio anche in altri campi: «La stiamo sperimentando nelle scuole, con corsi di "public speaking", per diventare più abili a parlare», spiega Chiara Comastri.

I corsi, che durano tredici giorni, sono in programma a maggio. Aperti a tutti, dai sei anni e mezzo in su. «I bambini più piccoli assolutamente no — puntualizza la psicologa — Non hanno ancora consapevolezza delle disfluenze, che possono scomparire. Lavoro invece con i genitori, che possono rieducare il figlio senza che si accorga di essere corretto: purtroppo la maggior parte delle balbuzie deriva da una mal gestione delle disfluenze in fase evolutiva».

Proprio per questo, Chiara Comastri lavora anche con Asl e scuole, psicologi, maestri e professori (informazioni sul sito www.psicodizione.it).

Pat.Lon.