

INDICE:

Introduzione

(Per le persone che balbettano; Per psicologi, medici, logopedisti e altri professionisti della sanità)

Impostiamo il programma

Le disfluenze; Le emozioni; Le idee; I comportamenti; Prova iniziale di lettura; Prova iniziale di monologo; Inizia il programma; Quadro riassuntivo personale 1)

Prima mossa. Il pensiero

(Parole e pensieri; Emozioni e pensieri; Pensieri e comportamento; Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 2)

Seconda mossa. L'attenzione

(Il training della scrittura; Training di controllo; Parole alternate; La memoria di lavoro; Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 3)

Terza mossa. Le emozioni

(Rilassarsi; Cambiare i pensieri (allenamento); Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 4)

Quarta mossa. Il comportamento

(Interrompere il circolo vizioso; Attivare il circolo virtuoso; Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 5)

Quinta mossa. La velocità

(Proviamo le marce; Proviamo i freni!; Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 6)

Sesta mossa. Le parole

(Respirazione, suoni e voce; Le parole sono musica; Parole speciali; Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 7)

Settima mossa. L'affermazione personale

(I tuoi diritti; Da che parte stai?; Comportamento aggressivo, assertivo, passivo; Verso una comunicazione più efficace; Contenere l'altro; Se sei tu a criticare; Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 8)

L'allenamento

(Le disfluenze; Le emozioni; Le idee; I comportamenti; Prova intermedia di lettura; Prova di monologo; Quadro riassuntivo personale 2; Tiriamo le somme; Valutazione quotidiana; Dagli esercizi alla quotidianità (allenamento); Obiettivi da raggiungere; Programma esercizi in uscita dal Capitolo 9)

Conclusioni

Appendice. La teoria del Hierarchical-Modular Model

(Il Sistema Attentivo ed Esecutivo; Sistema Attentivo Supervisore e Balbuzie; I moduli; Tre tipi di moduli; Moduli di I tipo; Moduli di II tipo; Moduli di III tipo;

L'integrazione degli ordini; Evidenze a favore della teoria HMM; Le emozioni nella teoria HMM; La teoria HMM e il programma "scacco alla balbuzie in 7 mosse"; La regolazione delle emozioni; La regolazione della fluidità)

Ringraziamenti

Bibliografia