

# Atitudes Positivas

## É uma jornada de desafios

Você pode tentar parar de camuflar a sua gagueira. Pensar em gaguejar livremente, de maneira mais fácil. Não deixe mais que ela domine você, assuma controle de forma saudável. Vamos tentar entender o que é isso.

Já tentou andar de patins ou skate? Lembra da falta de controle nas primeiras vezes? Seu corpo fica tenso e algumas vezes você se dá mal... Depois que aprende a controlar os movimentos consegue então curtir o fato de ter rodas debaixo dos seus pés. Mas mesmo assim precisa manter um controle saudável sobre seus movimentos, se não cai como nas primeiras vezes.

**Gagueje sem esconder, sem forçar, sem desviar o olhar. Gagueje suavemente e irá sentir-se bem melhor!**

Não é um jogo fácil de se ganhar. Precisa de coragem, paciência e persistência para cada fase. Está disposto a olhar o melhor possível para sua gagueira? Não tem um corta caminho para isto, sem mágica. É necessário empenho para passar por cada etapa e então aos poucos atingir mudanças grandes. Ganhará recompensas pelo caminho. Mas também poderá cair em buracos ou ser atacado por inimigos. O importante é ter munição para isso na sua mochila.

Tudo isso ficará mais fácil se tiver aliados para esta batalha, um fonoaudiólogo especializado e seus pais.

Às vezes pode ser que você precise repetir as mesmas coisas até que algo mude. Lembra quando tentou aprender a assobiar? Um simples som demorou dias, semanas para ficar parecido com o que você queria.