

ข้อแนะนำ ๖ ข้อในการพูดคุยกับผู้มีอาการติดอ่าง

การพูดติดอ่างอาจจะดูเหมือนเป็นอาการที่สามารถแก้ไขได้โดยการทำตามคำแนะนำง่ายๆ แต่แท้จริงแล้วการพูดติดอ่างเป็นปัญหาหนักที่เดียวสำหรับผู้มีอาการติดอ่างมาเป็นเวลานานต่อไปนี้เป็นข้อแนะนำสำหรับคุณในฐานะผู้ฟังที่จะช่วยเหลือผู้มีอาการติดอ่าง

๑. ไม่ควรพูดให้คำแนะนำเช่น “พูดช้าๆ สิ” “หายใจลึก” หรือ “ทำใจให้สบาย”
การให้คำแนะนำเหล่านี้อาจทำให้ผู้ติดอ่างรู้สึกแย่งและไม่ได้เป็นการช่วยให้เขาพูดได้ดีขึ้น
๒. แสดงท่าทีให้ผู้ที่มีอาการติดอ่างทราบว่า คุณกำลังตั้งใจฟังในสิ่งที่เขากำลังพูด
๓. สบตาและรอคอยให้เขาพูดจนจบด้วยความอดทนด้วยท่าทีที่เป็นธรรมชาติ
๔. พยายามไม่ช่วยพูดต่อคำในคำพูดที่ผู้มีอาการติดอ่างพูดไม่ออก ถึงแม้ว่าคุณอยากช่วยก็ตาม
คุณสามารถช่วยได้โดยลดอัตราการพูดของคุณให้เป็นไปในลักษณะที่ผ่อนคลาย
แต่ไม่เข้าไปจนดูไม่เป็นธรรมชาติ
การกระทำเช่นนี้จะส่งเสริมให้การสื่อสารของผู้ที่พูดติดอ่างเป็นไปได้ดีมาก
๕. ให้ตระหนักว่าผู้มีอาการติดอ่างค่อนข้างมีปัญหาในการควบคุมการพูดของเขาในขณะที่พูดคุยโทรศัพท์
เมื่อคุณรับโทรศัพท์และไม่ได้ยินเสียงของการตอบสนองของคุณสนทนา ก่อนที่จะวางสาย ให้รอซักกระยะหนึ่งเพื่อให้แน่ใจว่า

การที่ไม่ได้ยินเสียงนั้นไม่ใช่เนื่องจากผู้พูดติดอ่างอยู่
ในขณะที่เขาพยายามที่จะพูดแต่พูดไม่ออก

๖. พูดคุยอย่างไม่รีบเร่งจนเกินไป-

แต่ต้องไม่ใช่ช้าจนดูไม่เป็นธรรมชาติ

การพูดคุยในลักษณะนี้จะช่วยให้การสื่อสารเป็นไปด้
วยดี