

ข้อเสนอแนะ ๗ ข้อในการสื่อสารกับลูกของคุณ

๑. พูดกับลูกของคุณอย่างไม่เร่งรีบ
และให้มีการหยุดระหว่างที่ประโยคที่พูดคุยให้บ่อยขึ้น
หยุดรอสักครู่หลังจากที่พูดจบประโยค
ก่อนที่จะเริ่มพูดประโยคใหม่
การพูดที่ช้าและผ่อนคลายของคุณ
จะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การพูดของเขา
มากกว่าการตำหนิหรือแนะนำเช่น บอกว่า “พูดช้าๆ”
หรือ “พูดใหม่อีกครั้งซิและพูดให้ช้าลง”
๒. ลดการตั้งคำถามเมื่อพูดกับลูกของคุณ
แทนที่จะถามคำถามให้แสดงความคิดเห็นในสิ่งที่เขา
กระทำหรือสิ่งที่เขาพูด
๓. ใช้การแสดงสีหน้าและกริยาท่าทางต่อลูกของคุณ
ทำให้เขารู้สึกว่าคุณกำลังตั้งใจฟังเนื้อหาที่เขา กำลัง
สื่อกับคุณ
ไม่ใช่สนใจเพียงแต่ลักษณะอาการ การพูดของเขา
๔. จัดเวลาในแต่ละวันให้กับลูกของคุณ
การที่คุณได้ใช้เวลาอย่างเจียบๆ กับลูกของคุณ
เป็นการสร้างความมั่นใจให้เขา
๕. ช่วยให้คนในครอบครัวรู้จักการสลับบทบาทในการพูด
และการฟังซึ่งกันและกัน เด็กที่มีอาการติดอ่าง
จะรู้สึกว่าการพูดเป็นสิ่งที่ง่ายขึ้นเมื่อไม่มีการขัดจังหวะ
ขณะที่เขาพูด และมีผู้ที่สนใจฟังเขา
๖. สังเกตวิธีการที่คุณใช้ในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับลูกของ
คุณ พยายามให้เวลากับเขา
แสดงให้เห็นว่าคุณสนใจที่จะฟังในสิ่งที่เขาพูด
และเขาสามารถใช้เวลาในการอธิบายสิ่งต่างๆ
ได้อย่างเต็มที่

๓๗. **เหนือสิ่งอื่นใด**

**แสดงให้เห็นว่าคุณยอมรับเขาอย่างที่เขาเป็น
พลังที่ยิ่งใหญ่ที่สุดคือการให้การสนับสนุนและหวังใจ
ลูกของคุณไม่ว่าเขาจะติดอ่างหรือไม่ก็ตาม**

**Compiled by Barry Guitar, Ph.D., University of Vermont,
and Edward G. Conture, Ph.D. Vanderbilt University**