

Памятка для родителей: «Как поддержать уверенность подростка в общении»

Дорогие родители! Наш проект — это не «борьба с заиканием», а создание комфортной среды для общения. В 13 лет ребенку важно чувствовать поддержку, а не пристальное внимание к тому, как он говорит.

Вот 5 простых правил, которые помогут вашему ребенку чувствовать себя увереннее:

Слушайте СУТЬ, а не ФОРМУ. Самое важное — то, что говорит ребенок. Не обращайте внимания на запинки. Если вы будете реагировать на содержание фразы (отвечать на вопрос, смеяться над шуткой, соглашаться с мнением), ребенок будет чувствовать, что его слышат и ценят.

Никогда не договаривайте за ребенка. Даже если очень хочется ускорить процесс. Это нарушает ритм его речи и вызывает чувство неполноценности. Дайте ему время — это лучшее проявление уважения.

Не делайте замечаний в духе «Скажи спокойнее» или «Дыши». Подростки очень остро реагируют на критику. Лучшая помощь — это ваше спокойствие. Если вы говорите медленно и размеренно, ребенок подсознательно начнет подстраиваться под ваш темп.

Примите «Якорь» (брелок). Мы ввели в работу «Тактильный якорь» — предмет, который помогает ребенку переключать внимание и регулировать дыхание. Если вы видите, что ребенок перебирает бусины в руках — не спрашивайте «Зачем ты это делаешь?». Относитесь к этому как к обычному аксессуару. Это его «секретное оружие» для спокойствия.

Создайте зону «Безопасного общения». Дома — это место, где ребенок не обязан быть «идеальным оратором». Хвалите за успехи, за смелость высказать свое мнение, а не за отсутствие запинок.

Ваша любовь и спокойствие — главный коррекционный инструмент.