

7 तरीके – हकलाने वाले बच्चे की मदद करने के

संकलनकर्ता : बैरी गिटार व एडवर्ड जी कॉन्ट्यूर

1. अपने बच्चे से जब भी बात करें तो खूब आराम से, रुक रुक कर बातें करें। जब बच्चा अपनी बात कह चुके तो कुछ क्षण रुकें और तब अपनी बात शुरू करें। आपकी अपनी आराम से बात करने की शैली बच्चे की कहीं ज्यादा मदद करेगी बनिस्वत आलोचना या ऐसे सुझावों के, जैसे कि 'धीरे बोलो' या 'आराम से एक बार फिर बोलो' आदि।
2. बच्चे से सवाल जरा कम पूछें। बच्चे अपनी बात कहना ज्यादा आसान पाते हैं बनिस्वत बड़ों के सवालों का जवाब देने के। अतः सवाल पूछने के बजाय, बच्चे ने जो कहा, उसी पर अपनी प्रतिक्रिया दें। इससे बच्चे को पता चलेगा कि आपने उसकी बात सुनी भी और समझी भी।
3. बच्चे से बात करते समय हाव-भाव तथा मुद्रा (बॉडी लैंग्वेज) द्वारा बच्चे को यह जतायें कि आप का ध्यान उसकी बात पर है, न कि उसके कहने के तरीके पर।
4. रोज़ एक समय नियत करें जब आप बच्चे को अपना पूरा ध्यान दे सकें। इस समय बच्चे को पूरी छूट दें कि वह तय करे कि वह स्वयं क्या करना चाहता है। बेहतर हो कि वह आपको निर्देशित करे कि इस अवसर पर कौन कौन सी गतिविधियां की जाएँ, बोलने वाली, चुप रहने वाली या अन्य। इस अवसर पर जब आप बात करें तो एक शान्त और धीमी शैली का प्रयोग करें, जिसके बीच बीच में मौन के क्षणों को भी पियें। यह शान्त समय बच्चे के आत्म विश्वास को बढ़ाएगा। उसे महसूस होगा कि उसके अभिभावक को उसका साथ कितना पसन्द है। जैसे जैसे बच्चा बड़ा होगा, वह और आसानी से अभिभावक के साथ अपने अनुभव और भावनाएं बाँट पायेगा।
5. परिवार के अन्य सदस्यों को भी आराम से, बारी बारी से अपनी बात कहना व बच्चे की बात सुनना सिखाएं। जो बच्चे हकलाते हैं, वे अपनी बात कहना ज्यादा आसान पाते हैं बशर्ते उन्हें कोई बीच में न टोके और श्रोता का पूरा ध्यान उनकी बात पर हो।
6. आप बच्चे के साथ किस तरह पेश आते हैं- इस पर निरन्तर ध्यान दें। उन अवसरों को बढ़ाने का प्रयास करें जब बच्चे को लगता है कि आप पूरे ध्यान से उसकी बात सुन रहे हैं और उसकी बात सुनने के लिये आप के पास पर्याप्त समय भी है। आलोचना, तेज़ बोलना, बीच में बात काटना, सवाल पूछना आदि जैसी आदतों को यथासम्भव घटायें।
7. सबसे ऊपर है, बच्चे को यह अहसास दिलाना कि आप उसे हर हाल में स्वीकार करते हैं, वह जैसा भी हो। चाहे बच्चा हकलाए या न हकलाए, आपका उसे पूर्णतः स्वीकार करना, उसके जीवन की प्रबलतम ताकत होगी।

दी स्टट्रिंग फ़ाउन्डेशन