

말을 더듬는 사람과 이야기하기 위한 6가지 조언

말더듬은 어떤 단순한 조언으로 해결될 수 있는 쉬운 문제로 보일 수도 있지만 많은 성인들에게 말더듬은 만성적인 평생의 장애일 수 있습니다. 다음은 당신이 청취자로서 도울 수 있는 몇 가지 방법입니다.

1. “말을 천천히 하세요,” “숨을 쉬세요,” “긴장을 푸세요”와 같은 말을 하지 마십시오. 이러한 단순한 충고는 수치스럽게 느껴질 수 있고 도움이 되지 않습니다.
2. 말을 더듬는 사람에게 당신이 그 사람이 어떻게 말하는지를 듣고 있는 것이 아니라 무엇을 말하는지를 듣고 있다는 것을 알릴 수 있는 태도를 취하십시오.
3. 자연스러운 눈맞춤을 유지하고 그 사람이 말을 끝낼 때 까지 인내심을 가지고 자연스럽게 기다리십시오.
4. 당신은 말을 더듬는 사람이 말하고 있는 문장을 끝내거나 단어를 완성하고 싶은 마음이 들 수도 있습니다. 그러지 않도록 노력하십시오. 상대적으로 이완된 속도로 말을 하십시오-하지만 부자연스럽게 들릴 정도로 너무 천천히 말하지는 마십시오. 이러한 방법은 의사소통을 원활하게 할 수 있도록 도와줍니다.
5. 일반적으로 말을 더듬는 사람들은 전화통화 시 자신의 말을 조절하는데 더 많은 어려움을 겪는다는 것을 기억하십시오. 이러한 상황에서 인내심을 가지시기 바랍니다. 만일 당신이 전화를 받았을 때 아무 소리도 들리지 않는다면, 전화를 끊기 전에 반드시 말을 더듬는 사람이 의사소통을 시작하기 위해 노력하고 있는 것이 아닌지 확인하십시오.
6. 서두르지 말고 이야기하십시오-하지만 부자연스럽게 들릴 정도로 너무 천천히 말하지는 마십시오. 이러한 방법은 모든 사람과 의사소통을 원활하게 할 수 있도록 도와줍니다.



A Nonprofit Organization
Since 1947—Helping Those Who Stutter

1-800-992-9392

www.stutteringhelp.org
www.tartamudez.org