

¿Cómo hablo con mi hijo sobre la tartamudez?

Ya sea que su hijo haya comenzado a tartamudear recientemente o lo haya hecho desde hace algún tiempo, es posible que se pregunte si está bien hablar con él sobre la tartamudez. Para algunas personas, hablar sobre la tartamudez puede parecer algo prohibido, aunque todo el mundo sea consciente de ella. Lo que podría sorprenderle es que no sólo está bien hablar sobre la tartamudez, sino que tiene beneficios. Reconocer la lucha y validar los sentimientos puede resultar útil. Hablar sobre la tartamudez establece una cultura de apertura y aceptación, que respalda una comunicación segura y alegre, tartamudeando o no. A continuación, se presentan sugerencias:

CONSEJO:	EJEMPLO DE FRASE:
Etiquete sus emociones para que puedan aprender el vocabulario. Hacer algo tan simple como expresar emociones en voz alta puede resultar útil para los niños.	"Puedo ver que estás triste" o "Pareces frustrado".
Ayude a su niño pequeño a aprender sobre los sentimientos. Etiquétalos, dibújalos, lee historias sobre personas que experimentan sentimientos, modela tus propios sentimientos y estrategias de afrontamiento.	"Mamá está frustrada así que va a ir a la otra habitación y calmarse a solas durante cinco minutos y luego podemos hablar de ello" o "¡Esa niña del cuento estaba tan emocionada por su cumpleaños que apenas podía quedarse quieta! Y estaba muy triste cuando terminó la fiesta de cumpleaños".
Cuando sus hijos tengan la edad suficiente para acudir a usted con emociones fuertes que necesitan ayuda para procesar, permítales expresarse. Los niños necesitan aprender que sus sentimientos no son amenazantes y que usted puede ayudarlos a aprender a manejarlos.	En lugar de "Estoy seguro de que esa chica no estaba tratando de lastimar tus sentimientos" o "No tienes que llorar por eso", prueba "Vaya, eso parece que te hizo sentir muy herido, lo siento mucho". Dime más."
Cree un ambiente de aceptación de las diferencias de todos en el hogar. Incluso pueden hacer un libro juntos donde todos dibujen páginas que celebren cada diferencia. Un libro como este puede ayudar a su hijo a ver la tartamudez como una diferencia más, como el color de ojos.	"Mamá tiene acento en diferente, Sonia tartamudea, papá es alto, Emily tiene muchas pecas. Mamá es excelente en matemáticas, pero papá es excelente en la cocina. Sonia es buena bailarina y Emily ama la gimnasia. Sonia es amable y siempre invita a niños nuevos a jugar con ella".
Reconozca los momentos de tartamudez de vez en cuando, o cuando su hijo parezca reconocerlos.	"Buen trabajo al mantener tus ojos en mí durante esa palabra llena de saltitos/trabas". o "Eso fue un poco complicado, pero seguiste hablando, ¡buen trabajo!".
Dígale a su hijo que está bien tartamudear. Ésta es una de las cosas que los hace diferentes, y está bien.	"Está bien tartamudear. Siempre vale la pena decir lo que tienes que decir".
Cuando otras personas le pregunten sobre su tartamudez, modele para su hijo cómo puede explicárselo a los demás: • Nómbralo (tartamudeo) • normalizarlo • Decirle a un oyente qué hacer	"Sí, tartamudea, por lo que es posible que escuches algunos momentos de silencio o repeticiones, pero sabe exactamente lo que quiere decir, así que dale un momento para terminar. La tartamudez es sólo una de las cosas que lo hace único".
Cuando su hijo esté listo, preséntele una comunidad de personas que tartamudean. Algunas organizaciones con capítulos locales incluyen: Asociación Nacional de Tartamudez, FRIENDS, Asociación de Tartamudez para Jóvenes.	"¿Irás conmigo a esta noche familiar donde habrá otras personas que tartamudean? Me gustaría aprender más sobre la tartamudez conjunta porque es algo que te hace único".

¿Qué pasa si mi hijo es acosado?



- Explique que no han hecho nada malo.
 - Los acosadores hacen lo que hacen debido a su baja autoestima y a sus dificultades para comprender que los demás pueden ser diferentes.
- Recuérdeles que lo que tienen que decir es importante: su voz importa.
- Juegue con su hijo las formas en que podría responder.
 - Túrnense para interpretar a su hijo y al acosador y prueben diferentes reacciones.
Esto puede incluir alejarse, tratar de disipar la situación diciendo algo como "¿Y entonces?" etc.
 - Hágalo divertido y piense en muchas opciones que su hijo tiene en esa situación. Si presentan una idea que podría no ser tan productiva, aún así colóquela en la lista, pero luego analícela y analice los pros y los contras de cada opción para elegir su favorita.
- Habla con un maestro o padre que esté presente cuando el agresor esté presente para vigilar la situación.
- Resista la tentación de prevenir el acoso haciendo hincapié en "controlar" la tartamudez u ocultando la tartamudez. Esto puede dar la impresión de que es su responsabilidad no ser acosado, a diferencia de la responsabilidad del agresor de no acosar.
 - El trabajo de los padres es sostener la mano de su hijo durante el malestar, no prevenirlo por completo.



OPEN STUTTER
with Vivian Sisskin