



## **25 фактов о заикании, которые я бы хотел знать в 20 лет**

1. Я бы хотел знать, что заикание — не дефект и в нем нет моей вины.
2. Я бы хотел знать, что заикание - часть моей личности.
3. Я бы хотел знать, что «принять» — вовсе не означает «отказаться».
4. Я бы хотел знать, что заикание — не причина всех вещей, которые я не люблю во мне или в моей жизни.
5. Я бы хотел знать, что заикание можно преодолеть.
6. Я бы хотел знать, что заикающихся люди, которые победили заикание, знали, что это возможно.
7. Я бы хотел знать, что заикание — не конец света, а плавная речь — не главное достижение.
8. Я бы хотел знать, что человек может быть собой со всеми своими особенностями и недостатками.
9. Я бы хотел знать, что открытый разговор о моём заикании может принести облегчение.
10. Я бы хотел знать, что люди могут реагировать на моё заикание также, как и я сам.
11. Я бы хотел знать, что разговоры о заикании распахнёт дверь в мир удивительных открытий и встреч.
12. Я бы хотел знать, что никогда нельзя позволять заиканию препятствовать вашему развитию.

13. Я бы хотел знать, что попытка избежать — пустая трата времени.
14. Я бы хотел знать, что любая длинная дорога начинается с первого шага.
15. Я бы хотел знать, что не может быть идеального начала. Старт нужен для того, чтобы стать лучше.
16. Я бы хотел знать, что одно маленькое действие, лучше самого благородного намерения.
17. Я бы хотел знать, что «...мы есть то, что мы делаем изо дня в день. Способность управлять своими поступками формирует характер, а благодаря характеру, человек обретает способность управлять своей жизнью...» - Аристотель.
18. Я бы хотел знать, что позитивный настрой и изменение мышления могут реально поменять мою жизнь.
19. Я бы хотел знать, что слова «неудача» не существует. Есть только результаты вашего обучения, которые являются первой ступенькой лестницы, ведущей к успеху.
20. Я бы хотел знать, что нет никаких трудностей. Есть только возможности.
21. Я бы хотел знать, что плавная речь и эффективная коммуникация — две разные вещи.
22. Я бы хотел знать, что заикающиеся люди могут конкурировать с лучшими ораторами и побеждать в речевых соревнованиях.
23. Я бы хотел знать, что заикание положительно реагирует на юмор.
24. Я бы хотел знать, что удовольствие не обязательно искать в результатах.

25. Я бы хотел знать, что однажды я напишу эти 25 фактов :-)

Лоран Лагар перевел книги «Совет тем, кто заикается» и «Иногда я просто заикаюсь» на французский язык. Свою статью «25 фактов. Которые я бы хотел знать, когда мне было 20 лет» он написал для своего французского блога и перевел на английский язык.

Автор перевода — Шамардина Анастасия — логопед-дефектолог