

## ÇOCUKLARDA KEKELEME NEDENLERİ, ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Küçük çocuklarda kekeleme (hece veya kelimeleri istemsiz olarak tekrar etme) büyümenin normal bir parçasıdır. Genelde 2-5 yaşları arasında olan kekemelik normal olarak karşılanır. İki-beş yaş arasındaki çocukların yaklaşık %25'i gelişimin bir aşamasında kekeler. Kekemeliğin %90 geçici olmakla beraber %10 kadarı kalıcı olabilir .

Bazı stres hallerinde nadiren tekrar ettiği görülse de, çoğunlukla altı yaş civarında çocuklar kekeleme sorununun üstesinden gelirler. Buna karşın, yıllar süren araştırmalar ve üretilen sayısız teoriye rağmen kekeleme konusu halen tam olarak anlaşılabilmiş de değildir.



### ANNE-BABA TUTUMLARI KEKELEMeye NEDEN OLUR MU?

Geçmişte kekeleyen çocukların psikolojik bir sorun yaşadığı, kaygılı veya sıkıntılı olabileceği düşünülür ve çoğunlukla da anne-babaların hatalı tutumlar sergilediklerine inanılırdı. Oysa bugün yetişkinlerin tutumları ile çocuğun kekeleme sorununu artıracakları, ancak kekelemeye neden olamayacakları bilinmektedir.

Kekeleme genellikle çocuğun yürümeye başladığı dönemde ortaya çıkar. Bu dönemde konuşma da hızla gelişmekte ve çocuğun kelime hazinesi hızla zenginleşmektedir. Ayrıca çocuklar kelimelerden cümlelere geçerken, dilleri kelimeleri zihinleri ile aynı hızda üretemeyebilmektedir. Bu da çocuğun kekelemesine, peltek konuşmasına ve konuşmakta tereddüt etmesine neden olabilmektedir. Bu durum herhangi bir anda yaşanabilse de, çoğunlukla çocuğun yorgun, heyecanlı, öfkeli ya da hızlı hareket halinde olduğu zamanlarda daha fazlalasmaktadır.

Sorunun yaşanma sıklığı günler veya haftalar boyunca artabilmekte ve daha sonra neredeyse fark edilemeyecek düzeylere gerileyebilmekte ve sonra yeniden ortaya çıkabilmektedir. Küçük çocuklar çoğunlukla kekelediklerinin farkında dahi olmazlar.



*Kekelemenin gelişimsel bir durum değil, gerçek bir sorun olup olmadığı anlaşılabilir mi?*

Küçük çocukların konuşmayı öğrenme aşamasında yaşadıkları gelişimsel ve geçici kekeleme haricinde, gerçek bir kekeleme sorunu yaşayan çocuklar durumlarından dolayı büyük bir öfke duyabilirler.

Bu çocuklar konuşurken ses tonlarını yükseltebilir veya neredeyse işitilemeyecek ölçüde alçak sesle konuşabilirler.

Çoğunlukla konuşma teşebbüsüne belirli yüz mimikleri, göz kırpması, gözlerini kapatma ve dudakları büzme eşlik eder.

Kekeleme her gün yaşanır ve gerilim ve utanma duyguları nedeniyle çocuk konuşmaktan korkar hale gelebilir ve öz güvenini yitirebilir. kekemelikten dolayı çocukta gelişebilecek özgüvenin zedelenmesi , sosyal ortamlara girmek istememe ile birlikte sosyal fobi , etrafta konuşmaktan kaçınma , arkadaş ilişkilerinde bozulmalar , ders ve okulda konuşmak istemediği için uyum güçlükleri , içe çekilme , kendini ifade etmekte zorluk , kronik depresyon gibi durumlar görülebilir. Bu nedenle eşlik eden bazı psikiyatrik sıkıntılar için psikoterapi ve ek ilaç desteği yapılmalıdır

*AİLENİN ÇOCUĞUN KEKEMELİĞİNE DİKKAT ÇEKMEMESİ GEREKİR . ÇOCUK KEKELEMeye BAŞLADIĞINDA SANKİ NORMAL KONUŞUYORMUŞ GİBİ DAVRANMAK ÖNEMLİ BİR NOKTADIR .EĞER DİKKAT ÇEKERSE , UYARIRSA ÇOCUĞUN SIKINTISI DAHA DA ARTAR , BU DA KONUŞMANIN DAHA DA BOZULMASINA NEDEN OLUR..*



## **KEKEME ÇOCUKLARIN ANNE VE BABALARINA YÖNELİK ÖNERİLER**

- Bazı çocuklarda görülen irkilme, tutulma, tekrar veya uzatma şeklindeki hafif konuşma özürlerini kekemelik ve çocuğunuzu da kekeme olarak nitelermeyiniz. Çünkü siz ona kekeme dersiniz o da kendini kekeme olarak görmeye başlar. Oysaki öyle nitelenmezse çocuk kendiliğinden bu devreyi tehlikesizce anlatabilir.

- Çocuğun konuşması üzerine aşırı titizlik göstermeyiniz.

- Çocuk konuşurken sakın dinleyiniz. Endişeden uzak olunuz. Çocuk bir şey söylemek istediğinde aceleye ve telaşa kapışmadan karışmadan, söyleyebileceği kadar zaman veriniz. Konuşmasını kesmeyiniz. Tutulduğunda yardım etmeyiniz.

- Çocuğa hiçbir zaman "dur..,acele etme..,yeniden başla.., önce bir derin nefes al" gibi uyarılarda bulunmayınız. Bütün bunlar onun dikkatini konuşmasında toplayacağından zararlıdır.

- Çocuk konuşurken onun dudak hareketlerine değil gözlerine bakınız.

- Katı disiplinden sakınınız. Alay ve acı şakaları disiplin aracı olarak kullanmayınız. Askerce emirler vermeyiniz. Çocukla içten ilgilenip ona sevgi ve şefkat göstererek güvenini kazanınız

- Çocuğun yanında kusurları hakkında konuşmayınız.

- İleri kekemelik hallerinde çocuğun en az şaşırıldığı ve rahatça konuşabildiği durum ve şartları saptayarak bu durum ve şartlarda onu konuşturunuz.

- Çocuk konuşurken onu susturmayınız. Onun adına yardımcı oluyorum diye konuşmayınız. Ona kolay konuşma yolu gösteriyorum zannederek "Yavaş konuş,derin nefes al, ne söyleyeceğini iyi düşün.." gibi öğütlerde bulunmayınız.

- Tutulduğu zaman alay etmeyiniz.

- Yanlış konuştuğunda yada tutulduğunda cezalandırma ile korkutmayınız ve cezalandırmayınız.

- Yorgun ve heyecanlı olduğu zamanlarda konuşmaya zorlamayınız.

- Yavaş konuştuğunda hızlı konuşmaya zorlayan istekte bulunmayınız. Bu davranışlar çocuğunuzun dikkatini konuşması üzerine çeker ve daha çok tutulur.

- Çocuğunuzun mümkün olduğu kadar bedenen sağlıklı olmasına özen gösteriniz. Kekeme çocuk normal çocuktan daha çok dinlemeye ihtiyaç duyar.

- Kekemelik sinirsel bir kökene dayanır. Çocuğun mümkün olduğu kadar sinirlenmemesi, gergin bir duruma girmemesi gerektir. Bu nedenle evdeki geçimsizlik ve gergin havadan uzak olmasını sağlayınız. Tartışmalarınızın ondan uzak olmasına dikkat ediniz.

- Ana baba olarak çocuğun kekemeliği karşısında sabırlı olmalısınız. Ona

konuşmalarında, sonuna kadar sabır anlayışla dinleyiniz. Karışmayınız, normal konuşuyormuş gibi davranınız.

- Çocuğunuz kekelemeye başlayınca onun dikkatini başka yöne, başka konulara çekme yoluna gidiniz. Ve bunu dikkatle, maksadınızı belli etmeden yapmaya özen gösteriniz.

- Çocuğunuza yaşına uygun öyküler anlatıp, onun size tekrarlamasını sağlayın bu arada küçük şiirler ezberletip söylemesini sağlamakta onu konuşmaya iteklendirir.

- Çocuğunuzu problemin farkında ise onu bu yönden açıklığa kavuşturmak için uygun zamanlarda "konuşurken bazı tekrarlar, inkilmeler,tutulmalar yaptığı fakat bunların önemli olmadığını bunlardan kurtulmasının mümkün olduğunu zaten herkeste buna benzer durumların görüldüğünü" söyleyebilirsiniz.

- Çocuğün değişik alanlardaki ilgisini arttırmak için o etkinliklerden hoşlanır hale getirilmesine çalışınız. Bu ona hem başkalarının öveceği özellikleri kazandırır hem de dikkatini kekemeliğinden başka taraflara kaydırır.

- Çocuğün kendine karşı iyi, olumlu tavır geliştirmesine yardım ediniz. Kendini kekemeliğinden dolayı değersiz gören çocuğunuz bu engeli kolay aşamaz. Çocuğün sahip olduğu iyi özellikler ortaya çıkarılmalı, teşvik edilmelidir. Ancak, bütün bunların uygulanması yanında geniş bir tolerans ve sabır gerektiğini unutmayınız.



### ISRAR EDEN KEKEMELİKLERDE GEREKLİ MÜDAHALENİN YAPILMASI GEREKİR.

Kekemelik durumunu değişik stres etkenlerinin , kaygı durumlarının , aşırı kontrolcü ebeveyn davranışlarının , yeni hayat aşamasında ( kardeş doğumu , okula başlama gibi ) uyum güçlüklerinin kekemeliğın şiddetini artırdığı konusunda klinik veriler mevcuttur . Kekemelik belli bir süre geçmez ise anne babaların zaman kaybetmeden çocuklarını çocuk psikiyatra getirmeleri gerekir. Belli bir yaştan sonra kekeleme için konuşma , nefes ve ritim egzersizleri verilir . Bu egzersizler ile çocuğün durumuna eşlik eden kaygı durumlarını azaltmak amacı ile ilaç tedavisi de uygulanabilir.

SEVGİLERİMLE...

Psk. Gönül Firdes TELATAR