

Spalio 22-ją pasaulis pažymi Tarptautinę mikčiojimo supratimo dieną

Remiantis JAV ir Vakarų Europos statistika, manoma, kad Lietuvoje mikčioja iki 5 % (apie 15 tūkstančių ikimokyklinio amžiaus vaikų) ir apie 1,5 % (apie 50 tūkstančių) suaugusiųjų žmonių su jau susiformavusia kalba. Mikčiojimas trukdo bendrauti, ir todėl net mažyliams, sureikšminantiems šį kalbos nesklaidumą, ilgainiui išauga baimė kalbėti.

Spalio 22-ją pasaulis pažymi Tarptautinę mikčiojimo supratimo dieną. Ši diena pradėta minėti 1998 metais JAV. Jos organizavimu visame pasaulyje užsiima trys tarptautinės organizacijos: Tarptautinė mikčiojančiųjų asociacija ISA, Europos mikčiojančiųjų asociacijų lyga ELSA ir Tarptautinė sklandumo asociacija IFA. Diena paminima įvairiais nacionaliniais ir tarptautiniais renginiais. Visame pasaulyje aktyviai kuriasi mikčiojančių žmonių organizacijos, nuo 1986 m. vyksta pasauliniai mikčiojančiųjų ir kalbos terapeutų kongresai. Lietuvos Mikčiojimo problemų klubas įsikūrė 1992 m. rudenį. Norėdama prisidėti prie šios dienos pažymėjimo, plačiau papasakosiu apie mikčiojimą.

Mikčiojimas sudėtinga psichogeninė kalbėjimo ir bendravimo problema. Mikčiojimas - kalbos padargų spazmai. Paprasčiau sakant, mikčiojimo požymiai yra garsų, skiemenų pakartojimai, garsų užsikirtimas, garsų tęsimas, tylos pauzės, kurias lydi fizinė įtampa kalbos aparate. Daugelis vaikų, mokydami kalbėti, sunkiai suranda tinkamus žodžius savo mintims išreikšti, pasakoja susijaudinę, skubėdami ir todėl, jų kalbos sklandumas sutrinka.

Mikčiojimo problema yra sena kaip pasaulis. Jo priežastys, kaip ir jo dinamika, tebelieka beveik nežinomos. Paskutinių metų tyrimai leidžia manyti, kad mikčiojimą, kaip ir kairiarankiškumą, lemia atitinkamo smegenų pusrutulio dominavimas.

Psichologė V. Čioraitienė teigia, kad esame linkę ieškoti išorinių priežasčių, kad pateisintume mikčiojimą, nes taip yra lengviau. Dažnai sako: „vaiką užpuolė didelis šuo, ir jis dėl to pradėjo mikčioti“, arba – „skridau lėktuvu, lipau į jį, prasidėjo panikos ataka“, tarsi tas lėktuvas išprovokavo. Bet ne tai išprovokavo, tiesiog viduje kažkas vyko. Kad buvo psichologinė trauma, – taip. Kad mikčiojimas galėjo prasidėti nuo psichologinės traumos – įmanoma. Bet kad ta trauma būtų išgąstis... Kitaip tariant, jei mikčioti pradėdama po konkretaus įvykio, vadinasi, prielaidos mikčiojimui buvo ir anksčiau, tiesiog jos liko nepastebėtos. Išgąstis gali tapti paleidžiamuoju mechanizmu, bet retai būna tikra mikčiojimo priežastimi. Vadinasi, vaikas turėjo silpną vietą, ir ji išryškėjo. Mikčiojimas susijęs ir su jautresne nervų sistema. Vienas išsigandęs gali sapnuoti košmarus, kitas – šlapintis į lovą, trečias – mikčioti. Įvykis tas pats, o reakcija - skirtinga. Vadinasi, silpnosios vaikų vietos yra skirtingos, ir gali pasireikšti bet kada. Deja, šios silpnosios vietos dažnai įgimtos, tad sunkiai gydomos.

Dažniausiai vaikai mikčioti pradeda 2-4 metų intensyviu nervų sistemos ir kalbos vystymosi laikotarpiu. Daugumai vaikų šis sutrikimas yra laikinas, vaikui augant jis natūraliai išnyksta. Apie 80% pradėjusių mikčioti vaikų pamažu nustoja. Ir beveik pusė vaikų nustoja mikčioti per vienerius metus nuo mikčiojimo pradžios. Jeigu Jūsų vaikai neseniai pradėjo mikčioti, galima tikėtis, kad tai praeis. Tačiau tam tikrai daliai vaikų jis tampa nuolatinis ir išlieka visą gyvenimą. Jeigu jau jis kurį laiką mikčioja, jeigu atrodo, kad kovoja su kalbos nesklandumais, vengia kalbėti tam tikromis aplinkybėmis arba nerimauja dėl savo kalbėjimo, Jūs turite ieškoti profesionalios pagalbos. Labai svarbu pastebėti pačią pradžią, kai pagalba vaikui būna efektyviausia.

Pasaulyje yra žinoma virš 260 mikčiojimo gydymo būdų, tačiau visiškai įveikusį šį sutrikimą žmonių yra labai nedaug. Pagrindinis mikčiojimo korekcijos principas – sumažinti vidinę įtampą. Noriu pateikti keletą patarimų tėveliams, mokytojams, auklėtojams ir visiems, kurie susiduria su mikčiojančiais vaikais, asmenimis:

- Jeigu vaikas neseniai pradėjo mikčioti, jeigu jis pats nekreipia dėmesio ir nesibaimina savo nesklandžios kalbos, nereikėtų jam to kalbėjimo trūkumo akcentuoti. Jeigu vaikas jautriai reaguoja į savo mikčiojimą arba išgyvena dėl bendraamžių neigiamos reakcijos, reikėtų atvirai kalbėtis apie tai su vaiku.

- Kantriai klausykite! Venkite užbaigti arba išsakyti vaiko, suaugusiojo mintis, idėjas. Leiskite kalbėti jam pačiam.

- Išklause, atsakykite lėtai ir neskubėdami. Vartokite žodžius, kurie skambėjo vaiko, pašnekovo kalboje. Stenkitės visada kalbėti lėtai ir neskubinkite kalbėti pašnekovo.

- Kalbėdami būtinai palaikykite tiesioginį kontaktą akimis.

- Sudarykite vaikams namuose ramią, jaukią aplinką. Venkite žiūrėti pernelyg jaudinančias televizijos laidas. Taip pat venkite per daug didelių ir teigiamų emocijų.

- Suraskite būdų parodyti vaikui, kad jį mylite, vertinate ir kad Jums malonu būti su juo.

- Labai svarbus vaikams yra dienos ritmas ir pastovus režimas.

- Nesigėdykite ir ieškokite pagalbos savo vaikui. Kreipkitės į logopedus švietimo įstaigose arba Pedagoginėje psichologinė tarnyboje (Sodų g. 21, Pasvalys).

Mikčiojimas – kaip ledkalnis. Tai, kas kyšo paviršiuje, kas girdima ir matoma, - yra mažesnis jo gabalas. Kur kas didesnė yra apatinė jo dalis – drovumas, baimė, kaltė. Linkėčiau visiems, kurie susiduria su mikčiojimu, ištirpdinti tą apatinę ledkalnio dalį, laiku kreiptis pagalbos.

Pagal įvairius šaltinius paruošė Pasvalio r. sav. Pedagoginės psichologinės tarnybos logopedė metodininkė Andromeda Baršauskienė

Išspausdinta rajono laikraštyje "DARBAS", 2010-10-21, Nr. 119.