



نکات آموزشی پیشگیری از لکنت

همیشه این جمله را شنیده ایم که پیشگیری بهتر از درمان است و در بسیاری از موارد صدق می کند. برای لکنت نیز میتوان با این اقدامات از بروز لکنت و یا حداقل از تبدیل آن به یک لکنت سنگین پیشگیری کرد.

«ترس و شوک:

برخی از والدین که از فرونشاندن عصبانیت خود ناتوان هستند با بهانه‌ها و دلایل من در آوردی «تربیت کردن» کودکان خود را با روش‌های مختلف تنبیه می‌کنند. فحاشی و کتک زدن، محرومیت از غذا، بیرون راندن از خانه در اتاق و غیره می‌تواند منجر به لکنت شود.

(به خصوص در بچه‌های احساساتی)

حیوانات:

به طور معمول خردسالان از صدای حیوانات یا از برخورد با آنها وحشت زده میشوند. از آنجا که نمی‌توان حیوانات را از محیط کودک دور ساخت بهتر است با بازی های آموزشی مناسب کودکان را به تدریج با صدا و تماس با آنها آشنا سازیم. این موضوع می‌تواند یکی از اقدام های مفید مهد کودک ها و اولیا باشد.

(یک قانون کلی در رابطه با ترس وجود دارد ترس مانند سایه است هر گاه از آن فرار کنی به دنبال می آید و هرگاه به سویش بروی می‌گریزد. پس؛

- بهتر است آشنایی و تماس با عامل ترس در کودکان به تدریج و طی چند مرحله پلکانی انجام گیرد.

بازی های ترسناک:

مثلا یک نفر ملحفه روی خود بیندازد و با حرکات روح مانند به سوی کودک می آید و یا در شهر بازی ها هم تونل وحشت و اتاق فرار مناسب کودکان نیست.

تاریکی:

انداختن کودک در اتاق تاریک به عنوان تنبیه رفتار نامناسبی است.

هنگام برق رفتن به جای هم همه و به دنبال علت خاموشی گشتن، بهتر است ابتدا کودک خود را در آغوش بگیریم.

روشنایی اتاق خواب او باید طوری باشد که اگر شب هنگام از خواب بیدار شد از تاریکی نهراسد.

ختنه:

شوخی های بعضی از افراد خانواده هنگام ختنه کودک به گونه ای است که تصور می کند آنها می خواهند تمامی عضو تناسلی او را ببرند. پسر بچه ها که به این موضوع بسیار حساسند متحمل فشار روانی سنگینی می شوند. (خوشبختانه در حال حاضر بیشتر خانواده ها در نوزادی اقدام به ختنه فرزند خود می کنند تا چند وقت پیش علت لکنت خیلی ها همین بود)

موجودات واهی:

مادرهایی که توانایی کنترل شیطنتهای کودک خود را ندارند او را از موجودات واهی و خیالی می ترسانند. لولو. ممد قلی:)

این می تواند در تخیل کودک به هیولای واقعی تبدیل شود و او را به شدت به ترساند.

ناامنی

مشاجرات خانوادگی: کودک با مشاهده مشاجرات در خانواده علاوه بر وحشت، احساس ناامنی خواهد کرد. توصیه می شود که اختلافات خود را در حضور کودک مطرح نکنید. (شاید در این فاصله مشکل نیز خود به خود حل شود)

از نظر کودک چه با او دعوا کنید یا ناظر دعوای شما باشد، **یک مفهوم دارد:** احساس ترس + احساس ناامنی

(حتی نوجوانان و بزرگسالان لکنتی هم وقتی شاهد مشاجرات خانواده باشند در وضعیت خاص روانی قرار گرفته و لکنت آنها بشدت عود می کند)



شیوه صحبت با کودک: گفتار بیشتر کودکان هنگام شوق یا اضطراب متغیر می شود (اغلب کشتار یا بریده)

هنگامی که والدین عجلول این کودکان، کلماتی چون زود باش عجله کن کار دارم و... را به زبان می آورند درواقع امنیت گفتاری کودک خود را آشفته می کند. شایسته است والدین گفتار خود را با ملایمت همراه کنند و به آن کشف و آهنگی کودکانه ببخشند.

تقلید:

اگر در محیط مهد کودک، اقوام و دوستان کودک شما فرد لکنتی هست، با کمال احترام ارتباط کودک خود را با فرد به حداقل برسانید و یا محیط را عوض کنید. «

• نکته: این مورد فقط برای کودکان زیر 6 سال باید رعایت شود. زیرا گفتار کودک زیر 6 سال هنوز تثبیت نشده و می تواند روی الگوی گفتاری کودک شما تاثیر بگذارد ولی برای افراد بالای 6 سال تاثیری ندارد!

و در آخر به عنوان پیشگیری از شما میخواهم اگر با لکنت کودک مواجه شدید در اولین فرصت به گفتار درمانی مراجعه نمایید و فرصت طلایی درمان را با اجرای نسخه های بی ربط (خود به خود خوب میشه و....) و مراجعه به افراد غیر متخصص مانند آزمایشگاه ها، دعانویس و... به تاخیر نیندازید.

کودکان زیر 6 سال مسیر راحتی را برای برطرف شدن این عارضه طی می کنند.

با آگاهی و عمل به همین نکات ساده میتوانید از لکنت جلوگیری کنید اما بیش از حد نگران نباشید. این نگرانی بی مورد سودی برای شما نخواهد داشت مانند نگرانی بیش از حد برای تصادف آیا باعث جلوگیری از تصادف می شود؟

مسلمًا با رعایت قانون و هوشیاری حادثه را به حداقل می رسانید نه با نگرانی ها و وسواس بی مورد

درمان کودکان:

میدانم که شنیدن صحبت لکنت دار فرزند دل‌بندتان برای شما سخت است و دوست دارید برای درمانش هر کاری را بکنید، اما

مشکل درمان کودکان از اینجا شروع میشود که خانواده و بخصوص مادر بخاطر احساسات زیاد میخواهد به تمامی روانشناسان، پزشکان، آزمایشگاهها و نسخه های خانگی عمل کند و این آغار مسیر انحرافی است. زیرا هرگروه نسخه ای به سلیقه خود می پیچد و بخاطر عدم تشخیص علت، قفلی جدید به پایتان بسته خواهد شد.

تنها تقاضای ما از شما برای درمان کودکان این است که فقط و فقط به **گفتار درمانی** مراجعه بکنید و زمان طلایی درمان را با جستجوهای متعدد و عمل به نسخه های بی اساس هدر ندهید. اگر به دنبال نسخه های متعدد باشید تمرکز شما از روی درمان اصلی برداشته خواهد شد و چه بسا به مسیر های انحرافی مانند دارو درمانی و... بروید و از چاله به چاه داروهای خواب آور و افسردگی بیوفتید.

لطفا حساسیت بیش از حد نداشته باشید، همانطور که پیشتر گفته شد از آنجایی که هنوز کودک گفتارش تثبیت نشده است و از مرحله ششم گفتاری عبور نکرده به راحتی امکان تغییر وجود دارد و باید از این زمان طلایی استفاده بکنیم و مستقیماً به گفتار درمانی مراجعه کنیم و استمرار داشته باشیم و مسیر را تا انتها ادامه بدهیم.

هر چه دیرتر مراجعه بکنیم، درمان سخت تر و طولانی تر خواهد شد به این دلیل که کودک از مرحله ششم تکامل گفتاری عبور خواهد کرد.

و نکته دیگری که برای درمان کودکان زیر 6 سال مهم است، اگر کودک در محیطی مانند اقوام، دوستان و یا مهدکودک به واسطه تقلید دچار لکنت شده بهتر است برای اولین گام فرزندتان را از آن محیط دور کنید.



شما به عنوان اعضای خانواده با افزایش اطلاعات خود در زمینه لکنت، میتوانید باورهای اشتباه و بسیار سمّی که در این آشفته بازار لکنت است را بشناسید و به پشتوانه این باورها و اطلاعات درست در این زمینه، اول به خودتان کمک می کنید که آرامش و احساس بهتری داشته باشید و بعد از آن میتوانید این اطمینان خاطر را به کودک منتقل کنید و هدایتگر کودکان به مسیر اصلی درمان یعنی گفتاردرمانی باشید.

سوالات متعددی در این خصوص پیش می آید مثلا:

«حرفتان را قبول دارم که جادو و جنبلی کمک به درمان ما نمی کند، اما سوال من این است که به چه کسی مراجعه کنم؟ پزشک؟ روانپزشک؟ یا گفتاردرمان»

جواب واضح است...

فرض کنید کمک فنر و جلوبندی ماشین شما ایراد پیدا کرده، آیا بهتر است به جلوبندی ساز مراجعه کنید یا سیم کش؟ درست است، هر دو تعمیرکار خودرو هستند! ولی مدت هاست که در مشاغل وابسته به تعمیرات خودرو، کامپیوتر و... کارها بسیار تخصصی شده یعنی افرادی فقط متخصص سخت افزاراند و گروهی فقط نرم افزا

حالا ما مسئله ای در گفتار داریم، شاید ظاهرا هر دو گروه (روانشناس و گفتاردرمان) با مسئله ذهنی سروکار دارند، اما به نظرم گفتار درمان بهتر از روانشناس که حتی 10 واحد درسی در این خصوص نداشته اند، می تواند راهگشای مسئله شما باشند.

• و در اخر پیشنهاد میکنم حتما حتما حداقل قدم سوم را چندین بار بخوانید تا به درک کاملی از موضوع لکنت برسید.