Çocuklarda kekemelik nedenleri ve tedavisi



Bir tür konuşma bozukluğu olan kekemelik, konuşma esnasında veya konuşmaya başlarken bazı ses veya sözcükleri tekrarlayarak ya da duraklayarak çıkarma ile gelişen konuşmanın akıcılığını bozan, yanlış konuşma alışkanlığıdır. Kekeme olan bireyler özellikle heyecanlandıklarında, baskı altına girdiklerinde, stres yaşadıklarında, sinirlenince, yeni kişilerle konuşurken, toplum karşısında konuşurken, önemli bir kişiyle konuşurken daha sık kekelerler. Konunun uzmanlarına çocuğumuzda erken yaşta kekemelik olduğunu nasıl fark edebileceğinizi, **kekemelik nedenlerini**, **belirtilerini,** **tedavisi**ni ve ne tür önlemler almamız gerektiğini sorduk.

**Kekemelik ne zaman ortaya çıkıyor?**

Çocukların dil gelişimini tamamlaması bir süreçtir. Ebeveynler için çocuklarının ilk sarf ettikleri sözler heyecan ve mutluluk kaynağıdır. Ancak konuşma sırasındaki yenilemeler ve bir sözcüğün aranması anne- babanın kulağına kekeleme gibi gelebilir. Bunun nedeni çocukların 2-7 yaş arasında, en sık da 3-5 yaş arasında normal akıcı olmayan konuşma döneminde olmalarıdır. Yaratılış olarak kadınların beyinlerinde konuşmayla ilgili olan kısım erkeklere göre daha etkin çalışır. Bu nedenle erkek çocuklarında normal akıcı olmayan konuşma dönemi kız çocuklara oranla 4-5 kat daha fazla görülür.

**Bu yaşlardaki çocuklar dil gelişimini hala tamamlıyor olduğundan konuşma esnasında oluşan aksamalardan ötürü ‘çocuğum kekeme’ diye anne babaların paniğe kapılmaması gerekir. Ancak konuşma sırasında çocuğun sözcüğü tekrar etmesi kulağa sanki kekeleme gibi gelir. Anne babalar çocukların gelişimi konusunda kuruntuya kapılarak, olayı büyütürler ve kendi kendilerine tanı koyup çocuklarının kekeme olduğuna karar verirler.**Oysa yapılması gereken serinkanlı olmak ve her çocuğun bu gelişim döneminden geçmek durumunda olduğunu bilmektir.

**Kekemeliğin nedenleri nelerdir?**

Kekemeliğin birden fazla nedeni vardır bu durumun psikolojik, fizyolojik ya da  kalıtımsal nedenlerden kaynaklanabilir. Fizyolojik olarak **beyin dalgalarından gelen iletim bozuklukları** kekemeliğe neden olabiliyor. **Solunum bozukluğu** ve **nefesi doğru kullanamama** da nedenler arasında yer alıyor.

Çocukların psikososyal anlamda sıkıntı veren çevrelerde bulunması, ailevi problemler, **herhangi bir şeyden duyulan şiddetli korku** da kekemeliğe sebebiyet verebiliyor. Baskı ve **stres altında kalma**ları, onlardan b**üyük beklentilerin olması**, **titiz ve kontrolcü bir çevre**de yetişmesi nedeniyle  kekemelik ortaya çıkabilir. **Genelde kekemeliği başlatan korku ve strestir.**

Kekemeliğin çok görüldüğü bir neden de travma durumlarıdır. Birey ani korku kaygı gibi ağar ve ani duygu değişlerinden sonra kekeleyebilir ve ya konuşamayabilir.
Kekemeliğin nedenlerinden biri de ev içerisinde ebeveynler ya da yakın akrabalardan birinin kekeme olmasıdır. Çocuk o kişi ile özdeşim kurarak kekemelik gösterebilir.

**Çocuklarda kekemelik doğal bir süreç midir?**

Bir tür konuşma bozukluğu olan kekemelik konuşma esnasında ya da konuşmaya başladıktan sonra oluşan ses ve hece yenilemeleri, tekrarlama, uzatma, konuşma akıcılığında duraklama şeklinde çeşitli bozuklukları kapsamaktadır. Konuşmadaki ritim bozukluğu olarak da adlandırılan bu hastalığın nedenleri psikolojik, fizyolojik ya da kalıtımsal nedenlerden kaynaklanabiliyor.

**Kekemeliğin tespitte ailenin önemi**

Kekemeliğin çocukluk döneminde tespitinde özellikle ailelere önemli görevler düşüyor. “Aile, çocuğun ilk andan itibaren gelişiminde, sosyalleşme süreçlerinde ve davranışların gerçekleştirilmesinde en önemli etkendir. Çocuğun konuşmaya başladığı ilk dönemlerinden sonra ne söylediğine ve nasıl söylediğine dikkat edilir. Bu dönem çocuklarda düşünme hızı, sözcükleri çıkarabilme hızından fazladır. Bu sebepten çocukta geçici kekemelik ve konuşma bozuklukları da görülebilir. Kimi anne-babalar, çocuğun dil gelişimi sırasında yaşıtlarından farklı konuştuklarını tespit edebilirler.

İlk tespit sonrasında çocuğun konuşmasında sürekli ve klinik bir bozukluk olup olmadığının tespiti açısından bir uzmana başvurmak gerekir.  Aileler, çocuğun ruhsal ve duygusal gelişimi için sağlıklı ortamlar yaratmalı,  daha güvenli ve sevecen  bir aile ortamı içerisinde onun  gelişimini destekleyerek sorunu aşmasında yardımcı olmalıdırlar. **Çocukluk döneminde atlatılabilecek bir durum olan  kekemelik için erken tespit ve doğru tedavi yöntemleriyle büyük oranda düzelme sağlanabiliyor. Ergenlik dönemiyle beraber bu oranın daha da arttığı söylenebilir.”**

**Kekemelik zeka geriliği değildir**

**Araştırmalar göstermiştir ki çocukluk döneminde kekelemenin geçici olarak ortaya çıkma nedeni çocuklardaki düşünme hızının konuşma hızından daha fazla olmasıdır. Kekeleyen çocuklar genelde düşünülenin tersine zekidir. Çocuklar hızlı düşündüğü için düşünme hızı önde konuşma hızı arkada kalır. Aile tarafından çocuğun konuşmasının düzeltilmesi için baskı yapılmaz ise kekemelik kendiliğinden de geçebilir Kekemeliğe sebep olan faktörler korku ve strestir. Ebeveynlerin beklentilerini yerine getiremeyen, baskı ve kontrol ruhuyla büyütülen bir çocukta da kekemelik ortaya çıkabilir.**

**Kekemeliği sosyal yönden çocuk için yarattığı zorluklar**

Konuşma akıcılığı bozukluğu çocuğun okul başarısını, ilerleyen dönemde birey olarak mesleki başarısını ve  toplumsal iletişimi bozabilir. Bu durum çocuğu içine kapanık bir hale getirebilir. Bana gülecekler, benimle alay edecekler endişesiyle konuşmaya çekinirler. İletişim kurmaktan kaçındıkları için arkadaşlık kurmakta zorluk çekebilirler.
Ancak kekemeliğe neden olan koşullar değiştikçe, kişi diğer insanlarla daha kolay iletişim kurdukça konuşması da düzelecektir. Bu eğitimle de söz konusu oluyor. Kelime haznesi arttıkça kekemelik de iyileşme periyoduna girmiş olacaktır.

**Çocuklarda ve Yetişkinlerde Kekemelik Tedavisi**

Kekemelik, konuşma seslerinin üretiminde meydana gelen bozulmalarla karakterize oluşuyor. Genelde çocukluk çağında başlıyor ve bazı durumlarda yaşam boyu devam ediyor. Kekemeliğin gerçek nedeni bilinmiyor. Ancak yapılan son çalışmalar bu bozuklukta genetiğin rol oynadığı belirtiliyor. Kekeleyen birçok bireyin kekemelik riski geliştirmelerine neden olan özellikleri kalıtsal olarak getirdiği düşünülüyor.

Bu özelliklerin gerçek doğası ise henüz bilinmiyor. Ancak bu özellikler, bireyin cümleyi akıcı olarak üretmesi için gerekli olan çeşitli kas hareketlerini birleştirme yeteneğini bozuyor. Dil gelişiminin en hızlı olduğu 18 ay- 7 yaş arasında başlayan kekemelik bazı çocuklarda yaşanan ufak bir heyecandan sonra bile başlayabiliyor.

**Dil gelişim sürecindeki akıcı olmayan konuşmayla kekemeliği karıştırmayın**

Kekemelik dil gelişimi sürecinde çocuklarda meydana gelen normal kelime tekrarları ile karıştırılabiliyor. Ayırıcı tanı için normal akıcısızlığı anlamak önemli bir nokta. Konuşma gelişiminin ilk yıllarında bütün çocuklar akıcılık bozukluklarına karşı duyarlı oluyor. Konuşmanın normal akıcısızlığı genellikle 2-7 yaş çocukları arasında, özellikle 2,5-4 yaş arasında yükselmiş bir oranla ortaya çıkıyor. Normal akıcısızlık gösteren çocuklar 3 yaş sonrasında genellikle ses ya da hece değil kelime veya öbek tekrarları yapıyor. Normal çocuklar takılmalarının farkında olmuyor ve hayal kırıklığı gibi belirtiler göstermiyorlar.

**Kekemeliği fark eden çocuklar duruma tepki gösteriyor**

Kekemelik 18 ay ile 7 yaş arasında herhangi bir dönemde başlayabiliyor. Ancak en çok dil gelişiminin hızlı olduğu 3 ve 5 yaş arasında ortaya çıkıyor. Bazı çocuklarda kekemeliğin başlangıcı yeni bir kardeşin doğması, yeni bir eve taşınma gibi normal stres durumlarından sonra aniden oluşabiliyor. Bu gibi durumlarda öncelikle sakin olmak ve ardından uzman bir konuşma terapistiyle iletişime geçmek gerekiyor.

Çocuğun durumuna ve genetik faktörlere bakıldıktan sonra tedavinin zamanlamasına karar veriliyor. Kekelediğini fark eden çocuklar bu duruma karşı tepki göstermeye de başlıyorlar. Örneğin, göz kırpma, vücudu öne atma, ayağını yere vurma gibi davranışlar da kekemeliğin akabinde görülebiliyor.

**Terapi sonrasında konuşma akıcılık kazanıyor**

Kekemeliğin herhangi bir ilacı veya ameliyatı yok. Kekemeliği olan bireylere dil ve konuşma terapistleri tarafından kekemelik terapisi uygulanıyor. Kekemelik terapisine genellikle kekemelik ortaya çıktıktan 3-6 ay sonra başlanıyor. Bazı durumlarda, özellikle ailede kekemelik geçmişi varsa ve çocuğun kekemeliği şiddetliyse terapilere hemen başlanması gerekebiliyor. Her bireyin düzelme oranı farklılık gösterse de bütün çocuklar ve yetişkinler terapiden fayda görüyor.

Terapi sonrasında bazı çocuklarda kekemelik tamamen ortadan kalkarken, bazıları daha az kekelemelerine yardımcı olacak stratejileri öğreniyorlar. En önemlisi ise kekeleyen bireyler konuşma becerilerinde daha rahat olmaya başlıyorlar.

**Çocuklarla yetişkinlerin tedavileri farklılık gösteriyor**

Kekemeliği azaltmayı hedefleyen çeşitli terapi teknikleri bulunuyor. Başarının sağlanması için sistematik bir terapi programının uygulanması gerekiyor. Terapi süreci kişinin başarısına, kekemelik şiddetine, terapi programının düzenli ilerleyişine bağlı olarak değişiklik gösteriyor. Kekemelik terapisinin başarısında kişinin yaşı da önem taşıyor. Küçük çocuklar kekemeliğin henüz başında olmaları nedeniyle avantajlıyken yetişkin bireyler de terapi tekniklerini uygulamada daha bilinçli davranabildikleri için avantajlı konuma gelebiliyorlar.

**Kekemeliği abartmak da yanlış, yokmuş gibi davranmak da**

Ailenin kekemelik karşısındaki davranışı önem taşıyor. Aile çocuğunda kekemelik davranışlarını gözlemlediğinde çocuğun endişesini arttıracak tutumlar sergilememeli. Ancak çocuğun kekemeliğini tamamen görmezden gelmek de doğru bir davranış değil. Çünkü çocuğun dünyasında anne ve baba zor zamanlarında yanında olan, ona yardımcı olan kişilerdir ve kekeleme anlarında da çocuk zor bir durumun içerisindedir. Aile çocuğa karşı davranışlarını dil ve konuşma terapistinden danışmanlık alarak düzenlemelidir. Terapinin aşamasına bağlı olarak ailenin çocuğa karşı tutumları değişiklik gösterebiliyor.

**Kekemeliği tabu gibi görmeyin**

Çocuğun çevresi sadece anne-baba ve yakın akrabalardan oluşmuyor. Çocuğun çevresindeki herkesin davranışlarını düzenlemek mümkün olmayabiliyor. Özellikle okul ortamındaki çocuklardan acımasız eleştiriler duyulabiliyor. Bu nedenle çocuğu kekemelik konusunda bilinçlendirmek çok önemli. Toplumda kekemelik rahatlıkla fark edilen ama üzerine kesinlikle konuşulmayan bir tabu. Çocuklarımızla kekemelik üzerine konuşmak onların kendi dünyalarında yarattıkları korkuları yenmelerine yardımcı oluyor.

**Kekemelik tedavisinde ailelere düşen görevler**

Çocuğun ilk sosyalleştiği ortam aile olduğundan kekeme çocukları olan anne – baba ve diğer aile bireylerine önemli görevler düşüyor. Öncelikle çocuk kekelediği zaman kesinlikle alay edilmemesi gerektiğini belirtiyor. “Çocuk kekelediğinde yüzünüzde oluşacak üzülme ya da acıma ifadelerinden kaçınmalısınız.

Düzgün konuşması yönünde ısrarlı şekilde telkinde bulunmak, çocuğun sözünü yarıda kesip cümlesini tamamlamak çocuk üzerinde bir baskı ve heyecan oluşturacak ve daha çok kekelemesine neden olacaktır.  “Kekeme” terimi çocuğun duyabileceği ortamlarda vurgulanmamalıdır. Sabırlı olmanız, çocuğunuzu konuşurken dinlemeniz ve düzgün konuşmanızla çocuk için rol model olabilirsiniz. Konuşması sırasında kekeme çocuklar göz teması kurmaktan kaçınabilirler, ancak siz yine de çocuğunuz ile göz teması kurmaya çalışın ve konuşurken dudaklarına bakmayın.”

**Anne Baba kekemelik konusunda çocuğa nasıl destek olabilir?**

* Kekemeliğin aşılmasında en önemli etken sevgi dilidir. Öncelikle çocuk anne babasının ona sevdiğini hissetmelidir.
* Anne baba çocuğun ruhsal ve duygusal gelişim için sağlıklı bir ortam yaratmalıdır. Ebeveynler aralarındaki sorunları çocuğa yansıtılmadan çözülmelidir. Çünkü gergin ortamların kekemeliği arttırmaktadır.
* Çocuk konuşma esnasında teklediğinde ya da bir sözcüğü aradığında asla sinirlenmeyin ve sabırlı bir şekilde konuşmasının bitmesini bekleyin.
* Çocuk konuşurken göz kontağı kurun.
* Konuşma sırasında teklediğinde cümleleri asla onun yerine tamamlamayın.
* Başkalarının yanında çocuğun kusuru hakkında asla konuşmayın.
* Daha akıcı konuşan akranlarıyla çocuğu asla kıyaslamayın. Böyle bir kıyaslama çocuğun iyileşme sürecini yavaşlatır.
* **Özellikle alay etme ve konuşmaya zorlamanın olumsuz etkisi fazladır. Arkadaş çevresinde eksik konuştuğu için başka çocuklar tarafından alaya alınması engellenmeli bunun için gerekirse öğretmenin desteği alınmalıdır. Öğretmen bu durumdaki bir çocuğa nasıl davranılması gerektiğini, bunun geçici bir dönem olduğu ve dalga geçilecek bir durum olmadığı hususunda öğrencilerini yönlendirmesi faydalı olacaktır.**