

## لکنت زبان

درواقع دلایل بروز لکنت زبان در کودکان، تا کنون بطور دقیقی روشن نشده است. اما آنچه که تا حدودی مشخص است، آن است که لکنت نمی‌تواند علت واحدی داشته باشد. بلکه همواره معلول علت بدنی، عاطفی، اجتماعی و یا ترکیب این عوامل است. بسیاری از افرادی که لکنت زبان دارند دچار بعضی از ناراحتی‌های عصبی و سازگاری‌های اجتماعی هستند. اما تشخیص اینکه آیا اینگونه ناراحتی‌های روانی علت لکنت زبان است و یا لکنت خود حاصل حالات و فشارهای ناشی از اختلالات روانی است، بسیار مشکل است. در بعضی از مواقع لکنت زبان ممکن است حاصل نارسایی‌ها و اختلالات دستگاه عصبی باشد و یا در مواردی نیز لکنت زبان از زمان کودکی در اثر بعضی ناهنجاری‌های خفیف فیزیولوژیکی پدید می‌آید.

### بهبودی از لکنت زبان :

اضطراب و فشار عاطفی همواره لکنت را تشدید می‌کند به همین دلیل هدف بسیاری از توصیه‌کنندگان درمانی لکنت زبان کودکان این است تا آنجائی که مقدور است تلاش نماید اضطراب و فشارهای عاطفی را کاهش دهد موفقیت وقتی حاصل می‌شود که بتوان منشا و منبع اضطراب را باز شناخته و متوجه آن شد. بسیاری از کودکانی که دچار لکنت هستند اگر اضطراب و فشار از بین برود بدون برنامه درمانی خاص و ویژه به طور خود به خودی لکنت شان برطرف می‌شود. امروزه روش‌های تازه‌تری برای کنترل تنفس، کنترل حنجره، زبان، لب‌ها و فک مورد استفاده قرار می‌دهند و به فرد لکنتی می‌آموزند که سرعت صحبت را کم و آهسته کند و در بین صحبت کردن نفس عمیق بکشد. در شیوه‌ای دیگر که جریان هوا نامیده می‌شود توصیه می‌شود تا نفس عمیقی بکشد و اجازه بدهد در هنگام صحبت کردن هوا بیرون بیاید. "پیازه" عقیده دارد که کودک را باید در موقعیت‌هایی قرار داد که او در آن‌ها فعال باشد و ابتکار به خرج دهد. نقش بازی درمانگر را قادر می‌سازد که موقعیت‌هایی به وجود آورد که در آن مواقع امکان کشف و پیدا کردن ساختارهای رفتاری وجود داشته باشد. از طریق نقش بازی فرد لکنتی می‌تواند ببیند که اعضای دیگر گروه (غیر لکنتی‌ها) چگونه اند چه کسانی آشفتگی‌ها و احساسات مشابه او را دارند و چه کسانی همانند او به موقعیت‌ها و گفتارشان واکنش نشان می‌دهند. بایست به شخص لکنتی اعتماد به نفس داده شود که از طریق مختلف انجام می‌شود، مانند: دادن هدیه مورد علاقه اش در هنگام صحبت کردن او. فرد لکنتی چنان احساس می‌کند که گویی لکنت به عنوان عامل خارجی بر آنها واقع می‌شود نه این که لکنت حالت و عملی است که آنها انجام می‌دهند.

### روش‌های اصلاح لکنت زبان :

- ۱- روش‌زبانی یا بیانی یا تلفظی  
برای کودکان ۷ سال به بالا می‌باشد در این روش تمرین‌های مربوط به رها ساختن عضلاتی، جلوگیری از گیر و فشار، از اهمیت بسزایی برخوردار است.
- ۲- روش دو جانبه یا مکمل  
بیشتر برای کودکان ۳ تا ۷ سال استفاده می‌شود و هدف آن پرورش دو گانه‌ای از قدرت و صحت تفکر و قدرت و صحت بیان است. به کودک می‌آموزند افکار خود را صریح و روشن دریابد و به زبان جاری کنند.
- ۳- روش روان‌درمانی: که برای سنین پانین ثمر بخش نیست.
- ۴- روش دارو درمانی: با استفاده از داروهای آرام‌بخش، تنش‌ها و اضطراب و هیجانات عاطفی که یکی از عوامل لکنت می‌باشد را تقلیل می‌دهند.
- ۵- رفتار درمانی: براساس نظریه مدافعان این روش در این است که یکی از علل لکنت زبان کودک رفتارهای سازش‌نیافته یا ناهنجار اوست. لذا در این روش سعی بر اصلاح رفتارها و بالطبع تقلیل لکنت است.

### عوامل موثر در درمان لکنت زبان :

- ۱) احساسات و هیجانات :  
لکنت یک اختلال پیچیده روانی و حرکتی است که دارای ابعاد فیزیولوژیکی و روانی است. مکانیسم صحبت کردن

از یک تعادل خیلی ظریف برخوردار است لذا فی نفسه لکنت از نظر احساسی و عاطفی روی فرد تاثیر می گذارد و در بعضی از شرایط و موقعیت ها ، فرد لکنتی دچار دستپاچگی و شرمساری می شود زیرا از احساسات عجز و ناتوانی ، خجالت، حقارت، افسردگی و بعضی از خود بی زاری رنج می برد.

۲) تنش زدایی و آرامش روانی حرکتی :

اگر کسی بتواند با تمرینات ورزشی و استفاده از شیوه های اضطراب زدایی خود را افزایش دهد مفید خواهد بود. صحبت کردن آرام و آهسته و راحت و سنجیده موجب برقراری ارتباط آرام تر با دیگران می شود.

۳) بی توجهی به پدیده لکنت یا فراموشی عمدی.

### **نقش پدران و مادران در درمان لکنت زبان :**

اصلاح کردن گفتار و رفتار کودک و منبع دائمی او ممکن است در عواطف او اختلال هایی ایجاد کند عدم علاقه یابی تفاوتی نسبت به گفتار و رفتار کودک نیز ممکن است تاثیر مشابهی داشته باشد. پدر و مادر و مربی کودکان زیر ۷ سال می توانند از گرفتار شدن کودک به لکنت زبان پیشگیری کنند با اختلال زبان و گفتار او را کاهش دهند. باید برای این گونه کودکان در محیط خانه جو آرامی پدید آورد و با آن ها صحبت کرد تا احساس کنند که آن ها را هم مانند دیگر کودکان دوست دارند. بهترین پدران و مادران آن هایی هستند که در مورد مشکلات کودک صبر، احترام، درک و توجه و همدردی دارند. کودک را باید طوری بار بیاورند که بهترین دوست آن ها باشند. برای کودک خود تجارب خوشایندی از صحبت کردن فراهم کنند برای آن ها قصه بگویند یا کتاب بخوانند بدون شک باید از به کار بردن یک اصطلاح خاص بپرهیزند و سعی کنند که به کودک خود به عنوان یک لکنتی نگاه نکنند. اولیا می بایست ناروانی گویایی کودک را بپذیرند و پیرامون آن مطالعه کنند. توانایی آن ها در برخورد صحیح با لکنت زبان می تواند زمینه مثبتی را فراهم کند که بر روی فرزند خود کار کنند. بهترین راه برای اصلاح فرزندانتان داشتن وقت کافی برای آن هاست. صبر و حوصله معلم بسیار مهم است او باید به کودک فرصت بدهد به راحتی آن چه را می خواهد بگوید و از هر گونه شتابزدگی، تمسخر و استهزای کودک دوری نماید.

**وجودتان سرشار از مسرت و شادمانی باد**

**واحد مشاوره مجتمع آموزشی توحید پسران**

**دبی دی ماه ۱۳۹۰**