



KĄ DARYTI, KAI VAIKAS MIKČIOJA

Jei Jūsų vaikui sunku kalbėti, jis kartoja žodžio pradžią ar pirmą garsą arba kalbėdamas tarsi „užstringa“, sustoja arba tempia balsius ar priebalsius, tai gali reikšti, kad jis mikčioja.

KAS YRA MIKČIOJIMAS?

Mikčiojimas yra sklandaus kalbėjimo sutrikimas,

dažniausiai prasidedantis antraisiais-penktaisiais gyvenimo metais, intensyviau kalbos plėtotės laikotarpiu. Nors kiekvieno mikčiojančio vaiko užsikirtimų pobūdis ir dažnumas nevienodi, išskiriami šie dažniausi mikčiojimo požymiai:

***Mikčiojimas** – tai kalbos tempo ir ritmo sutrikimas, kurio pagrindiniai požymiai yra kalbos organų traukuliai, atsirandantys išsakant mintis.*

- garsų ir skiemenų pakartojimai (pvz., pa-pa-parnešk d-d-d-duonos),
- vienskiemenių žodžių pakartojimai (pvz., kai, kai, kai, kai aš atėjau),
- garsų tęsimas (pvz., sssssssudėk daiktus),
- tylos pauzės (blokai), kai mėginama tarti žodį, tačiau neištariamas joks garsas,
- padidėjusi veido raumenų (aplink akis, nosį, lūpas) ar kaklo įtampa,
- lydimieji judesiai, atsirandantys, kai vaikas stengiasi išstumti žodį, pavyzdžiui, trepsėjimas, barbenimas pirštais ar kūno judinimas,
- netaisyklingas kvėpavimas, kai vaikas kalbėdamas sulaiko kvėpavimą ar, prieš pradėdamas kalbėti, įkvepia per daug oro.

Ši sutrikimą sukelia sudėtinga neurofiziologinių, psichologinių, genetinių, lingvistinių ir socialinių veiksnių sąveika. Manoma, kad vaikas gali turėti įgimtą polinkį kalbėjimo nesklandumams, o aplinkos sąlygos – stiprios neigiamos ar teigiamos emocijos, stresas, išgąstis, dideli aplinkinių keliami reikalavimai – paskatina mikčiojimo atsiradimą.

Vienas svarbiausių ankstyvojo mikčiojimo požymių yra nenusipėjamumas ir įvairovė. Mikčiojimas gali kisti kiekvieną dieną, skirtingai pasireikšti įvairiose situacijose, priklausomai nuo vaiko kalbinių gebėjimų, pokalbio turinio, pašnekovo reakcijos bei vaiko savijautos pokalbio metu. Mikčiojantys vaikai didelę dalį laiko kalba sklandžiai. Mikčiojimo pradžioje dažniausiai atsiranda kartojimų, kurie būdingi ir sklandžiai kalbantiems vaikams. Todėl labai svarbu atskirti prasidedantį mikčiojimą nuo natūralių kalbėjimo raidai būdingų nesklandumų.

Pirmieji nesklandumai dažniausiai būna epizodiški ir atsiranda emocinę įtampą skatinančiose situacijose ar atliekant sudėtingas kalbines užduotis, pavyzdžiui, pasakojant išpūdžius. Ilgainiui užsikirtimai stiprėja ir vis dažniau trukdo vaikui bendrauti. Nors kai kurie vaikai

nejaučia kalbos sunkumų ir nekreipia į juos dėmesio, dažnu atveju pirmosios reakcijos į mikčiojimą būna akių kontakto su pašnekovu praradimas ir nerimas.

Apie 80 % vaikų šis sutrikimas yra laikinas, tačiau kartais jis išlieka visą gyvenimą. Lietuvoje mikčioja 3-4 % žmonių.

KĄ DARYTI, KAI VAIKAS MIKČIOJA?

- Kalbėkite lėtai ir ramiai, darykite logines pauzes, siekite, kad taip kalbėtų visi šeimos nariai.
- Sklandžiai formuluokite savo mintis, kalbėkite paprastais žodžiais, vartokite žodžius, kurie nuskambėjo vaiko kalboje.
- Kreipkite dėmesį į tai, ką vaikas sako, o ne kaip jis kalba.
- Kuo dažniau rodykite vaikui, kad jį mylite, vertinate ir kad jums malonu su juo bendrauti.
- Kalbėkite apie tai, kad ir kiti žmonės kartais suklysta, kai reikia ką pasakyti. Nevenkite kalbėti apie jo mikčiojimą.
- Tomis dienomis, kai vaikui ypač sunku kalbėti, skatinkite jį užsiimti kalbinio aktyvumo nereikalaujančia veikla (pvz., sportas, TV).
- Iš anksto suplanuokite šventes, keliones bei kitus renginius ir aptarkite tai su vaiku.

*Sklandus, lėtas kalbėjimas.
Rami aplinka.
Draugiškas bendravimas.*

O KO NEDARYTI?

- Nerodykite išgąščio, susierzinimo ar pykčio, kai vaikas stipriai mikčioja.
- „Nepadėkite“ vaikui pabaigti minties, leiskite vaikui išsakyti iki galo.
- Nepertraukinėkite, mikčiojantiems vaikams ypač sunku kalbėti, kai reikia konkuruoti dėl dėmesio.
- Neužduokite vienu metu kelių klausimų (Kada grįžai iš mokyklos? Ar jau pavargei pietus? Ar daug namų darbų?).
- Neskubinkite vaiko. Nuolatinis skubėjimas kelia nerimą, tai dažniausiai pasunkina mikčiojimą.
- Neužduokite klausimų, kurie reikalauja ilgų pasakojimo tipo atsakymų (Papasakok, ką matei ekskursijoje?).
- Baimė, pyktis, nusivylimas, gėda gali sutrikdyti kalbą. Neskatinkite vaiko kalbėti, kai jis išgyvena šiuos jausmus. Geriau pasakykite, kad suprantate jį.

Ugdykite vaiko pasitikėjimą kalbant.