

لکنت زبان: علم، درمان و تمرین

نسرین امامی نائینی

● STUTTERING:

SCIENCE, THERAPY and PRACTICE

- The Most complet Book about stuttering

● by: Thomas David Kehoe

● 335 p. 1997.

در مجاری تنفسی تارهای صوتی و زبان افرادی که از بیماری لکنت رنج می‌برند، هیچگونه مشکلی وجود ندارد. افراد الکن برخلاف شخصیت‌های به تصویر کشیده در بعضی فیلم‌ها، عصبی، خودبین و گوشه‌گیر نیستند. لکنت زبان اختلالی پیشرفته است. به عقیده بعضی از متخصصان، لکنت زبان از اشتباهات معمولی کودکانی که در حال یادگیری زبان هستند نشأت می‌گیرد. در حالی که بیشتر کودکان بعد از یک دوره لکنت زبان بهبودی پیدا می‌کنند، بعضی دیگر از آنها با تحت فشار قرار دادن بیش از حد ماهیچه‌های صوتی وارد دوره مشکل‌تری از تلاش بی‌وقفه برای صحبت کردن می‌شوند که در نهایت آنها را بیشتر گرفتار می‌کند. باور بعضی از متخصصان دیگر بر آن است که لکنت زبان در کودکان کم سن و سال به طور ناگهانی و به سرعت توسعه می‌یابد. آنها اظهار می‌کنند که ممکن است این بیماری به طور تدریجی و به واسطه کلماتی که سلیس و روان ادا نمی‌شوند پیشرفت کند. این افراد با یافتن ژن‌هایی که در ایجاد لکنت زبان بی‌تأثیر نیستند به این باور رسیدند که نقص ژنتیکی، تغییراتی در مغز کودک ایجاد کرده که موجب پدید آمدن لکنت می‌شود. اگر چه علت و منشأ لکنت مشخص نیست ولی بیشتر افراد معتقدند که لکنت زبان در دوران کودکی می‌تواند منجر به ناتوانی جسمی و روانی شدیدی شود. علائم جسمی در بزرگسالانی که لکنت زبان دارند عبارتند از:
- وضعیت غیرطبیعی تنفس به خصوص فشار در قفسه سینه.

- انسدادهای حنجره‌ای که در خلال لکنت مانع از جریان هوا می‌شود.
- مشکلات مربوط به تلفظ‌های شمرده شامل فشار در ناحیه لب‌ها - فک و زبان و اصوات طولانی و پی در پی.

- رفتارهای ثانوی از قبیل حرکت سر، چشمک یا حرکت‌های مربوط به صورت.
- ناهنجاری‌های عصبی که توسط معاینات یا (اسکن‌های) مغزی قابل دیدن هستند.

همچنین علائم روانی در بزرگسالانی که لکنت زبان دارند عبارتند از:
- پرهیز از کلمات و صداهای ترسناک. به عنوان مثال: ممکن است که شخص از تماس تلفنی با دیگران خودداری کند.

- جایگزینی یک کلمه به جای کلمه دیگر.
- به منظور جلوگیری از لکنت زبان رفتارهایی دور از انتظار دارند. از قبیل صحبت کردن با صدا و آهنگ یکنواخت.

بعضی از این افراد به قدری در پرهیز از موقعیت‌های گفته شده مهارت دارند که همکاران و یا حتی همسرانشان از لکنت آنها بی‌اطلاع هستند. اگر چه این افراد با این نقص پنهان دارای صداهای گفتاری خوبی هستند ولی تشویش و نگرانی‌های روانی، پرده از نارسائی آنها برمی‌دارد.

در اینجا نگاهی به مباحث مهم کتاب «لکنت زبان: علم، درمان و تمرین» می‌کنیم:

- آیا لکنت زبان نوعی بیماری ژنتیکی است؟ آیا این بیماری جنبه ارثی دارد؟ آیا افراد الکن دارای ناهنجاری‌های عصبی هستند؟ چه مطالبی از طریق بررسی‌ها و معاینات مغزی کشف شده‌اند؟
- آیا عقاید و رفتارهای افراد الکن بر گفتار آنها تأثیر دارد؟ آیا لازم است که نوع تفکر در مورد خودشان را تغییر دهند؟ چگونه نگرانی و تشویش بر لکنت زبان تأثیر می‌گذارد؟ آیا گنجی حواس در این میان نقشی دارد؟ چرا افراد الکن در بعضی موارد خیلی سلیس صحبت می‌کنند؟ این موارد کدام هستند؟ آیا ناهنجاری‌های دیگری مشابه لکنت زبان وجود دارد؟ کودک من در صحبت کردن مشکل دارد. آیا او لکنت زبان دارد و یا مشکل او ناشی از فصیح نبودن کلمات دوران کودکی است که امری عادی است؟ آیا لازم است والدین بلافاصله کودک را نزد پزشک متخصص ببرند یا اینکه منتظر بمانند تا لکنت او بطور عادی برطرف شود؟ والدین از کجا می‌توانند یک پزشک متخصص گفتار درمانی پیدا کنند؟ لکنت زبان دوران کودکی چگونه معالجه می‌شود؟ موثرترین درمان لکنت در مورد بچه‌هایی که به مدرسه می‌روند چیست؟ نوجوان من از کودکستان تا به حال معالجه می‌شده است او در مطب پزشک بسیار روان صحبت می‌کند ولی در موارد دیگر لکنت دارد. او هیچ پیشرفتی نکرده است و راضی به ادامه معالجه

نیست او از دوستانش کناره‌گیری می‌کند از ما چه کاری ساخته است؟ معالجات متداول برای درمان لکنت بزرگسالان چه مواردی هستند؟ آیا رایانه و وسایل الکترونیکی دیگری برای کمک به افراد الکن وجود دارد؟ آیا لکنت زبان استخدام افراد الکن را تحت تأثیر قرار می‌دهد؟ آیا لازم است در مصاحبات شغلی از لکنت خود حرفی بزنند؟ آیا شرکتهای بیمه و یا طرفهای سوم پولی برای معالجه افراد الکن می‌پردازند؟ شنوندگان به هنگام صحبت به افراد الکن بهتر است چه کاری انجام دهند؟ آیا گروههای حمایت‌کننده از افراد الکن وجود دارد؟ از کجا می‌توانیم یک دوست مکاتبه‌ای الکن پیدا کنیم؟ آیا مکانهای بخصوصی برای افراد الکن وجود دارد؟ آیا گروههای مذاکره‌کننده از طریق پست وجود دارد؟ آیا کتاب یا مجله‌ای در مورد لکنت وجود دارد؟ اینک به معرفی دوازده فرد مشهور مبتلا به لکنت زبان می‌پردازیم:

دوازده فرد مشهور هستند که لکنت دارند. در تمام موارد روشی که موجب غلبه یافتن شخص بر بیماری‌اش می‌شود بعدها پایه و اساس موفقیت او خواهد بود. احتمالاً هر کدام از آنها که به گذشته برگردند لکنت خود را به عنوان یک موهبت می‌بینند نه به عنوان ناتوانی به عنوان مثال: «کارل سیمون» در خانواده‌ای احساساتی بدنیا آمد او که لکنتی شدید و رفتارهایی عجیب داشت قادر به بیان احساسش از طریق صحبت کردن نبود ولی می‌توانست به راحتی سرود و شعر بسراید؛ بنابراین به نوشتن سرود پرداخت. سرودهای او به اندازه‌ای با موفقیت روبرو شد که در مورد هیچ خواننده و سرودسرای سابقه نداشته است. «جیمز آرل» شخص دیگری بود که لکنت داشت و بیماری‌اش به قدری شدید بود که تا زمان دبیرستان کاملاً گنگ و لال بود سپس او متوجه شد که در مزرعه خانوادگی‌شان و به هنگام تنهایی خودش قادر به خواندن نمایشنامه‌های شکسپیر می‌باشد. سپس او مهارت‌های حرفه‌ای‌اش را توسعه داد. اکنون جیمز در هالیوود بهترین صدا را دارد. «وینستون چرچیل» بزرگترین ناطق و خطیب در پارلمان انگلیس بود به شرط آنکه از قبل نقطه نظراتش را تهیه و تمرین می‌کرد. او از هفته قبل موضوعات را مطالعه کرده و برای دو اعتراض احتمالی، پاسخی آماده می‌کرد. این تلاش بیش از حد او را با هوش‌تر و زیرک‌تر از رهبران دیگر ساخت.

حرف آخر اینکه:

لکنت زبان ناامیدکننده است ولی اگر به خوبی آن را بفهمیم و با آن روبرو شویم، لزومی ندارد که کیفیت زندگی شخص را تغییر دهد. حتی می‌توان گفت که موجب بالا رفتن تجارب زندگی می‌شود آیا معنی این عبارت را می‌دانید؟ «چیزی که ما را نکشد، ما را قوی‌تر می‌کند!» لکنت یک مشکل سخت و مزمن است و البته مبارزه‌ای سخت هم می‌باشد که از ما می‌خواهد تا بیشتر از آنچه که به طور معمول هستیم باشیم.