

LAPSEN PUHEEN SUJUVUUDEN HÄIRIÖT

ÄNKYTYS
JA
SOKELLUS





3. painos 2008,
Suomen änkyttäjien yhdistys ry

1. painos 2001 ja 2. painos 2004,
Änkyttävien Lasten Yhdistys ÄLY ry

Teksti: puheterapeutit Auli Laiho ja
Sanna Vehka-aho

Kiitos kaikille yhteistyössä mukana olleille.

Tämän laitoksen on tuottanut vuonna 2001 Änkyttävien Lasten Yhdistys ÄLY ry, joka yhdistyi vuonna 2007 Suomen änkyttäjien yhdistys ry:n (SÄY) kanssa.

Yhdistyksemme on valtakunnallinen yhdistys, joka toimii kaikkien änkyttävien henkilöiden, niin lasten, nuorten, kuin aikuistenkin ja heidän perheidensä sekä ammatti-ihmisten tukijärjestönä järjestäen kurssitoimintaa, vertaistapaamisia, jakaen änkytykseen liittyvää tietoa sekä edistäen änkytykseen liittyvää tutkimusta ja änkytyksen hoitoon tähtäävää kouluttautumista.

SÄY edistää myönteistä suhtautumista änkytykseen. Yhdistys tiedottaa änkytyksestä tavoitteenaan änkytykseen liittyvän yleisen tietoisuuden lisääminen sekä asenteisiin vaikuttaminen. Änkytykseen suhtaudutaan usein voimakkain tuntein, joten änkyttävälle muodostuu helposti sosiaalisia paineita puhetilanteissa. Ympäristön myönteinen asennoituminen tukee ratkaisevasti änkyttävää.

SÄY järjestää jäsenilleen viikonlopputapaamisia sekä vapaa-ajan harrastus- ja virkistystilaisuuksia. SÄY tuottaa ja jakaa änkytystä koskevaa materiaalia sekä tukee valtakunnallisten änkytysterapiakurssien järjestämistä.

Yhdistykseen voi liittyä helpoiten täyttämällä liittymislomakkeen yhdistyksen verkkosivuilla osoitteessa <http://www.ankyty.fi> tai ottamalla yhteyttä yhdistykseen postitse osoitteella

Suomen änkyttäjien yhdistys
PL 60
00131 Helsinki

PUHEEN KEHITYS

Kielen ja puheen kehitys alkaa heti lapsen syntymän jälkeen. Aluksi lapsi kommunikoi lähinnä itkun avulla, mutta aloittaa äänteleminen pikkuhiljaa. Ääntely muuttuu ajan myötä monipuolisemmaksi ja vaihtelevammaksi jokelteluksi. Noin vuoden iässä lapsi sanoo ensimmäiset sanansa, jonka jälkeen sanavarasto laajenee nopeasti. Yksinkertaiset kahden sanan lauseet ilmaantuvat kahteen ikävuoteen mennessä. Viisivuotiaan lapsen puhe on kypsynyt niin pitkälle, että hän hallitsee kaikki äidinkiелensä äänteet ja tavalliset kielioppirakenteet. Kieli ja puhe kehittyvät kuitenkin vielä paljon tämän jälkeenkin.

Puhe on ajatusten ilmaisukeino. Sen avulla ihminen kommunikoi ja toimii jokapäiväisessä elämässään. Puhe koostuu äänneiden, sanojen ja lauseiden virrasta. Sanasta ja lauseesta toiseen edetään yleensä ilman pidempiä katkoja. Normaaliin puheeseen kuuluvat tietenkin sisäänhengityksen ja ajatuskatkojen aiheuttamat tauot sekä sujumattomuudet, kuten lauseenosien ja kokonaisten sanojen toistot. Joskus kuitenkin puheessa on liikaa tai liian vähän taukoja, tai sanojen toistaminen voi olla häiritsevän runsasta. Tällöin lapsella saattaa olla puheen **sujuvuuden** häiriö, joko änkytys tai sokellus.

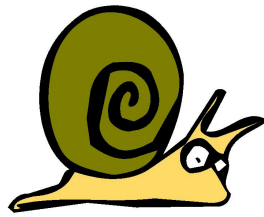
ÄNKYTYS

Änkytyksen esiintyvyys ja kehittyminen

Änkytys on yleisimpiä lasten puheen kehityksen pulmia. Lapsista noin 5 % änkyttää vähintään puolen vuoden ajan. Tämä tarkoittaa Suomessa n. 3000 lasta ikävuotta kohden. Jopa 80 %:lla lapsista änkytys korjaantuu itsestään, ja näin ollen aikuisista änkyttää enää 1 %. Tämä spontaani korjaantuminen on todennäköisintä änkytyksen varhaisvaiheissa. Kouluikäisen lapsen änkytys korjaantuu enää harvoin ilman kuntoutusta. Änkytys on yleisempää pojilla kuin tytöillä, ja eron on todettu kasvavan iän myötä.

Yleensä änkytys alkaa lapsen ollessa 2-7 vuoden iässä. Osalla lapsista änkytys alkaa vähitellen, kun taas joidenkin lasten kohdalla tiedetään täsmälleen milloin änkytys alkoi. Änkytys saattaa puhjeta esim. pikkusisaren syntymän myötä, perheen muuttaessa tai lapsen palatessa pitkän kesäloman jälkeen päiväkotiin. Änkytyksen alkamiseen vaikuttavat monet tekijät. Vaativissa ja lapselle kuormittavissa tilanteissa synnynnäinen alttius änkyttää tulee kuuluviin puheessa. Perinnöllisyydellä onkin vaikutusta monien lasten änkytyksen syntyyn. Jos lähi-suvussa on änkyttäviä ihmisiä, on syntyvällä lapsella suurempi riski alkaa änkyttää.

Änkytykselle ei tunneta yhtä yksittäistä syytä. Joillakin lapsilla änkytyksen syy on selvästi havaittavissa (esim. puhemotoriikan vaikeus, syndroomat) mutta useimmiten änkytys syntyy monen tekijän yhteisvaikutuksesta. Monilla lapsilla änkytyksen taustalla on puheen motorisen koordinaation vaikeuksia. Lapsen voi myös olla vaikea samanaikaisesti prosessoida sanomansa asian kielellistä puolta ja hallita puheen sujuvuutta. Monesti änkytys onkin runsaampaa lapsen jutellessa pitemmillä lauseilla tai kertoessa asioista runsaasti.



Puheen sujuvuuteen vaikuttavat tekijät

Lapsen puheen sujuvuuteen vaikuttavat monet yksilölliset tekijät. Suurin osa änkyttävän lapsen puheesta on sujuvaa, ja vaikeastikin änkyttävän lapsen puheesta harvoin yli 10 % on sujumatonta. Monesti lapset ovat sujuvia puhellessaan yksin tai leikin lomassa sekä laulaessaan. Roolin esittäminen sujuvoittaa myös usein lapsen puhetta. Vastavuoroinen keskustelu, puhelimesta puhuminen tai etenkin yleisön edessä esiintyminen saattavat lisätä änkytystä. Tilanteet, jotka ovat siis jokaiselle vaativia, ovat änkyttävälle henkilöille usein puheen sujumattomuutta lisääviä. Puheen jaksottaminen pieniin osiin tai esimerkiksi esitelmän huolellinen harjoittelu voivat auttaa tällaisissa tilanteissa.

Kiire puhua, puheen nopeus ja ilmaisun kielellinen vaativuus tai innostus saattavat lisätä puheen sujumattomuutta, samoin kuin yleinen vireystila (väsymysvirkeys). Tilannetta voi rauhoittaa vähentämällä ylimääräistä hälinää ja varmistamalla, että lapsi saa puheenvuoron. Jännitys, kuten esimerkiksi esiintymisen jännittäminen, lisää änkytystä. Muutokset lapsen elämässä saattavat myös hetkellisesti tai jopa pysyvämminkin lisätä puheen sujumattomuutta. Muutokset ovat lapsen elämässä välttämättömiä, eikä niitä voida karsia kokonaan pois, mutta lasta voidaan keskustelemalla valmistella edessä oleviin muutoksiin.

Änkytyksen ilmeneminen

Änkytys ilmenee yleisimmin **toistoina, venytyksinä ja lukkoina**. Toisto on kevyin änkytyksen muoto, joka voi ilmetä yhdessä äänneessä (k-k-koira), tavussa tai tavun osassa (ko-ko-koira) tai koko sanassa (koirakoira). Venytyksessä äänne pitenee (llllintu). Lukossa puhuja juuttuu äänneeseen, eikä sanan ääntäminen käynnisty normaaliin tapaan (...koira). Tavallisimmin lukkoja on sanojen alussa, ja niiden aikana äänentuotto ja artikulaatio pysähtyvät täysin. Kun lapsi änkyttää, hänelle tulee antaa aikaa sanoa asiansa rauhassa loppuun. On tärkeää kuunnella **mitä** lapsi sanoo, ei **miten** lapsi asian sanoo.

Lapsi saattaa käyttää **myötäliikkeitä** päästäkseen puheessaan eteenpäin. Myötäliikkeitä voi esiintyä jo änkytyksen varhaisvaiheissa. Myötäliikkeillä, kuten leuan tai pään nykäisyllä ja silmien räpyttelyllä, lapsi voi riuhtaista itsensä änkytyksestä irti. Näin puheen sujuvoittaminen onnistuu usein vähän aikaa, mutta pian on kokeiltava uutta ja taas uutta liikettä. Tällöin puheen tuotto muuttuu jatkuvasti työläämmäksi. Lievään änkytykseen myötäliikkeitä ei liity.

Osa lapsista osaa **ennakoida** änkytyksensä ja löytääkin itselleen sopivia keinoja kontrolloida puhettaan esimerkiksi painottamalla tavuja tai puhumalla hitaammin. Ajan myötä kontrolloikeinot voivat kuitenkin muuttua tehottomiksi, jolloin änkytys tulee taas vahvemmin kuuluviin. Ennakointi ilmenee mm. vaikeiden tilanteiden karttamisena tai pelättyjen sanojen vaihtamisena. Lapsi voi myös lykätä änkytystä mahdollisimman pitkälle eteenpäin toistamalla edeltävää sanaa tai lauseen osaa sekä lisäämällä puheeseen ylimääräisiä apusanoja tai täyteäänähdyksiä (esim. mm, öhöm).

Piiloänkytyksellä tarkoitetaan, että lapsi osaa käyttää ennakointikeinoja niin tehokkaasti hyväkseen, ettei änkytys juuri koskaan pääse kuuluviin. Kuulijasta voikin tuntua, että lapsi puhuu sujuvasti. Kuitenkin lapsi tietää änkyttävänsä ja joutuu koko ajan kontrolloimaan puhettaan.

Änkytys voi olla lapselle ja vanhemmille vaikea asia ja herättää kielteisiä **tunteita** kuten pelkoa, turhautuneisuutta ja ahdistusta. Kouluikäiselle lapselle on jo lähes poikkeuksetta muodostunut kielteinen käsitys kommunikointitaidostaan. Ympäristön myönteisellä asennoitumisella tätä voidaan yrittää ehkäistä ja rohkaista lasta kommunikoimaan vapaasti.



Änkyttävän lapsen muu kehitys

Änkyttävät lapset ovat pääsääntöisesti tunne-elämältään ja älyllisissä taidoissaan normaalisti kehittyneitä. Lapsen änkytykseen saattaa kuitenkin liittyä muita puheen kehityksen häiriöitä. Sujuvapuheisia lapsia yleisemmin änkyttävillä lapsilla esiintyy äännevirheitä, mitkä liittyvätkin usein laajempaan suun ja puheen motoriikan hallinnan vaikeuteen. Änkyttävillä lapsilla saattaa esiintyä myös muita motoriikan vaikeuksia, kuten käden liikkeiden tai koko vartalon kömpelyyttä. Änkyttävillä lapsilla voi olla puheen ja kielen kehityksen viivästymistä tai erityisvaikeutta (dysfasiaa). Puheen ja kielen kehityksen vaikeuksista johtuen myös lukivaikeuksia esiintyy änkyttävillä lapsilla enemmän. Tämä saattaa vaikuttaa oppimissuorituksiin ja koulumenestykseen. Lisäksi änkytyksen välttely ja pelko saattavat vähentää puhumisen määrää ja osallistumista vaikkapa koulutunneilla.



Änkytyksen hoito

Änkytystä hoidetaan puheterapialla. Apua lapsen änkytykseen voi hakea kotipaikkakunnan puheterapeutilta. Puheterapiaan on syytä hakeutua, jos lapsen änkytys on jatkunut kuuden kuukauden ajan. Jo aiemmin avun hakeminen voi olla hyödyksi, jos lapsen änkytys on hyvin voimakasta, hän itse turhautuu änkytyksensä vuoksi tai vanhemmat ovat tilanteesta hyvin huolissaan.

Varhain aloitettu puheterapia tuo usein hyviä tuloksia. Pienten lasten puheterapiassa painottuvat epäsuorat keinot, jolloin kommunikaatioympäristöä muuttamalla voidaan helpottaa lapsen puhumista. Pienenkin lapsen änkytys voi vaatia myös suoraa terapiaa, jolloin harjoitellaan esimerkiksi puhenopeuden ja lihaskäynnityksen säätelyä. Kouluikäisen puheterapiassa oleellista puheen hallinnan harjoittelun ohella on kommunikaatioasenteiden käsittely ja mm. puheen pelon vähentäminen. **Perheen osallistuminen** puheterapiaan on tärkeää lapsen puheen sujuvoittamiseksi.

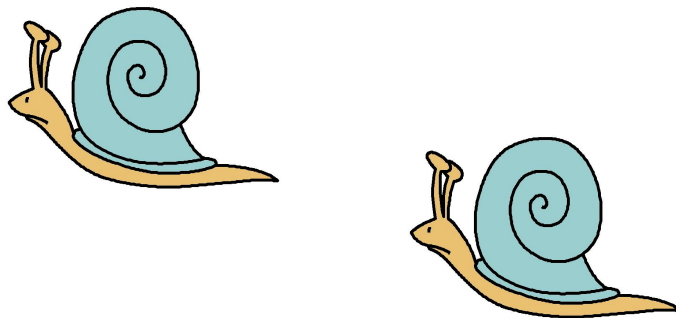
SOKELLUS

Sokelluksella tarkoitetaan nopeaa ja epäselvää puhetta, johon sisältyy tavujen ja sanojen toistoja tai poisjääntejä. Äänneet saattavat vaihtua ja korvautua toisilla, eikä normaaliin puheeseen kuuluvia taukoja ole havaittavissa. Puhe ryöpsähtelee eteenpäin. Yleensä sokeltavat lapset eivät itse tiedosta puheessaan esiintyviä vaikeuksia, jolloin he eivät myöskään yritä korjata puhettaan tai käyttää ennakoitkeinoja hyväkseen kuten änkyttävät lapset. Sokeltavilla lapsilla on usein yksittäisiä äännevirheitä, laajempi puhemotoriikan vaikeus tai äännesysteemin kypsyttömyyttä, jotka osaltaan lisäävät puheen epäselvyyttä.

Sokeltavan lapsen puheelle on tyypillistä, että puheen ymmärrettävyys vaikeutuu ilmaisun loppua kohden. Monesti myös puhenopeus ilmaisun alussa on hitaampi ja alkaa sitten vähitellen kasvaa. Tutut ja usein toistuvat lauseet ja ilmaisut ovat muuta puhetta epäselvemmin tuotettuja. Toisinaan sokeltavan lapsen puheen piirteet tulevat esiin myös lukemisessa ja kirjoittamisessa. Lukiesaan sokeltava lapsi saattaa jättää sanoja, niiden osia tai kokonaisia rivejä väliin. Myös luetun ymmärtäminen voi olla vaikeutunutta. Sokeltavalle lapselle huomiokyvyn ylläpitäminen saattaa olla vaikeaa.

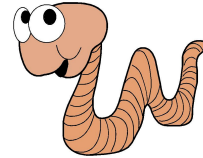
Sokelluksen syyksi arvellaan sanottavan asian suunnittelun ja muodostamisen vaikeutta. Tutkimukset sokelluksen syistä ovat vähäisiä, eikä yhtä sokelluksen aiheuttajaa ole pystytty löytämään. Sokellusta esiintyy usein suvuihin.

Sokellusta hoidetaan puheterapialla. Sokelluksen korjaantumisesta voi heikentää se, että sokeltava lapsi ei tiedosta puhevaikeuttaan. Keskeisiä tekijöitä terapiassa ovat mm. normaaliin puheeseen kuuluvien tautusten harjoittaminen ja oman puheen tiedostamisen harjoitukset.



MITEN SUHTAUTUA LAPSEN SUJUMATTOMAAN

PUHEESEEN



- ◆ Kuuntele mitä lapsi sanoo, ei miten lapsi asian sanoo.
- ◆ Anna lapselle aikaa puhua loppuun asti, äläkä keskeytä lasta. Ethän pakota lasta puhumaan vasten tahtoaan.
- ◆ Puhu lapselle rauhallisesti ja kiireettömästi, ja pidä puheenvuorojen välillä pieni tauko.
- ◆ Puhu lapselle selkein, yksinkertaisin lausein ja kysy yhtä asiaa kerrallaan.
- ◆ Älä korjaa lapsen puhetta tai pyydä lasta toistamaan änkyttämiään sanoja.
- ◆ Säilytä lapsen kanssa puhuessasi luonnollinen katsekontakti änkytyksestä huolimatta.
- ◆ Anna lapsen itse ilmaista asiansa. Älä puhu lapsen puolesta tai arvaile, mitä lapsi on sanomassa.
- ◆ Kun lapsen puhe on sujuvaa/sujuvampaa, anna lapselle tilaisuus puhua paljon. Kun lapsi änkyttää runsaammin, leiki puheleikkien sijasta loruilla ja lauluilla, joita lapsi pystyy tuottamaan sujuvasti.
- ◆ Jos et saa selvää, mitä lapsi sanoi, varmista lapselta ymmärsitkö oikein.
- ◆ Lapsen änkytystä ei kannata salailla. Jos esitämme, ettei sitä ole, voi lapsi kokea oireensa pelottavaksi asiaksi, josta aikuisetkaan eivät uskalla puhua.
- ◆ Muista että änkyttävä lapsi on myös tavallinen lapsi!