

# KEKELEME

## Konuşma terapisi

Konuşma terapisinde konuşmanın denetim altına alınması üzerinde çalışılır ve daha akıcı bir konuşma yöntemi öğretilir. Konuşma terapisinde insanın kendisine ve konuşmasına karşı olumlu bir davranış gelişir.

Eğer konuşma terapisinde öğrenilen beceriler gündelik konuşmalarda uygulanırsa, bu beceriler gündelik hayata yansır. Konuşma terapisinde kekemelik ve konuşma üretimi hakkında bilgi elde edilir. Amaç, kekemeliğin diğer özelliklerden sadece birisiymiş gibi olmasıdır. Konuşma terapisinin süresi ve uygun uygulama yöntemi bireye göre değişir. Bunlar kekeme insanın kendi ihtiyaçlarına göre seçilir.

Konuşma terapisine tek başına veya grup halinde katılınabilir. Bir çok yetişkin kendi akran grubundan yardım görmektedir.

## Ek bilgiler

Kekemelik, konuşma terapisi ve akran grubu hakkında ek bilgi sağlık merkezlerinden, Finlandiya Kekemeler Derneği'nden ve Finlandiya Konuşma Terapisi Birliği'nden elde edilebilir.

## Finlandiya Kekemeler Derneği

[www.ankytys.fi](http://www.ankytys.fi)  
[info@ankytys.fi](mailto:info@ankytys.fi)



Print Mill Oy, 2010 - TURKKI



*Bu sade dille yazılmış bir broşürdür.  
Kekeme olan gençler ve  
yetişkinler için hazırlanmıştır.*

## Kekeme mısın?

Kekemelik oldukça yaygın bir konuşma bozukluğudur. Finlandiya'da takriben 50 000 kekeme bulunmaktadır. Genç ve yetişkinlerin kekemelikleri genellikle uzun bir süre devam etmiş olduğundan artık bunların kekemelikleri kalıcı bir hale gelmiştir.

Kekemelik tüm dünyada görülmektedir. Kekemeler, kekemelikleri dışında diğer insanlardan farklı değildirler. Buna rağmen kekemelik, insanın kendisi ve konuşması hakkında bir fikir sahibi olmasına etki eder.

## Kekemelik hakkında bilgiler

- Kekemeliğin nedeni tam olarak bilinmemektedir. İnsanın kendi özellikleri ve çevresi kekemeliğin başlamasına etki ederler. Kekeleme yatkınlığı genellikle kalıtsaldır. Kekemelik erkeklerde kadınlardan daha çok görülür.
- Kekemelik konuşurken örneğin şöyle görülür: istek dışı tekrarlar: "te-te-tekar" ses uzamaları: "uuuuuzama" veya konuşmanın kitlenmesi: "k\_\_\_\_\_onuşma"
- Kekemelik nedeniyle istem dışı hareketler ortaya çıkabilir. Kekemelerin solunum düzeni değişebilir. Sesleri yükselebilir. Kas gerilimi artabilir. Kekemeliğin miktarı ve kalitesi duruma göre çok fazla değişkenlik gösterebilir.
- Kekemelik genellikle konuşan kişide şiddetli duygular uyandırır.
- Kekemelik, konuşma terapilerinde tedavi edilir. Alıştırma yapınca konuşma kolaylaşır. İnsanın konuşma konusunda kendi tavrının değişmesi bile daha akıcı konuşmasına yardım eder.

## Daha kolay konuşmak

Genellikle kekeme bir genç veya yetişkin daha kolay konuşabilmenin bir yolunu bulur. Bir çoğu yavaş konuştuklarında konuşmaları daha akıcı olur. Bir başkaları ise düzenli bir hayatın kekemeliğe iyi geldiğini anlatmaktadırlar.

Önemli olan kekemeliğe rağmen cesaretle konuşmaktır. Eğer kekeme bir insan kekemeliğine engel olmak isterse, konuşmaktan daha çok korkabilir. Genellikle kekemelik, kekemelik korkusundan daha küçük bir sorundur.

Kekeme birinin ailesi, arkadaşları ve diğer yakınları bu şahsın konuşmasını kolaylaştırabilirler. Muhatap olunan kişinin, konuşmanın kulağa nasıl geldiğini değil de konuşmanın içeriğini düşünmesinde yarar vardır. Kekeleyen birinin sözü kesilmemelidir. Konuşma ortamının sakin olmasında yarar vardır. Muhatap olunan kişinin, konuştuğu kekeme kimsenin kekelemesine rağmen bu kişiye doğal bir şekilde bakmasında yarar vardır

Kekeme insanlar konuşma zorluklarına değişik şekilde önem verirler. Sen de yakınlarına kekelediğinde sana nasıl davranmalarını istediğini anlat.

