

Kekemelik



*hakkında
bilmek*

istedikleriniz



Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.
Alman Kekemeler Özyardım Federasyonu

Kekemelik nedir ?

▼
Kekemelik konuşma akıcılığında sesli veya sessiz duraksamalardan ('----*bloklar*'), sözcük birimlerinin (ses veya hecelerin) tekrarlanmasından (*örneğin: 's-s-s-soğuk'*) veya uzatılmasından (*örneğin: 'sssssıcak'*) oluşan bir konuşma bozukluğudur.

Kekemelik genellikle aşırı zorlanmalar, göze batıcı (kafa, kol hareketleri veya bedensel) gerginlikleri içerir. Kekemeler kekeledikleri anda ne söylemek istediklerini çok iyi bilirler fakat kelimeleri sorunsuz çıkaramazlar. Konuşurken konuşma organları üzerindeki kontrolü kaybederler. Her kekeleyen değişik kekeler. Kekemeliğin derecesi kişiye, konuya, konuşulacak kelimeye, duygusal veya bedensel duruma göre aşırı değişebilir.



Kekemelik kekeleyen kişinin yaşamını nasıl etkiler ?



Birçok kekeleyen insan kekeleyeceğini tahmin ettiği kelime veya durumlardan kaçınır. Basit günlük olaylar örneğin bir biletin alımı onlar için büyük sorun yaratır. Kekemelikten korku ve kekemelikten kaçınma isteği kişinin tüm yaşamına hakim olabilir. Meslek yaşamı, arkadaş ve hobbi seçimi icabında gerçek ilgi ve ihtiyaçlara göre değil, 'az mı çok mu konuşmam gerekir' diye seçilir. Alay veya reddetme, acıma veya utanma duyguları gibi toplumun kekelemeliğe karşı gösterdiği olumsuz tepkiler, kekeleyen insanın toplumdan geri çekilmesine neden olabilir.

Kekemelik kaç yaşında başlar ve toplumdaki dağılımı nasıl ?



Kekemelik genellikle çocuk bir süre akıcı konuştuktan sonra gözle görülen bir neden olmadan 2 ila 5 yaşları arasında gelişir fakat istisnai durumlarda daha geç başladığı da görülür.

Çocukların %5inde kalıcı bir kekemelik gelişir. Bu çocukların 4'te 5'i ergenlik çağına kadar yeniden akıcılaşır. Maalesef hangi çocuklarda geçici bir kekelemeliğin oluşacağı daha önce bilinemez. Yetişkinlerin %1'nin kekeleyen tahmin ediliyor. Bu Almanya için 800.000'den fazla yetişkinin kekeleyen

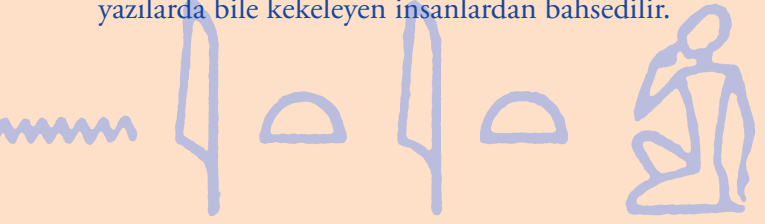
Not: Çok nadir olarak yetişkinlerde birdenbire başlayan türler de vardır.

Bunlar genellikle nörolojik bozukluklar veya duygusal travmalar sonucu çıkabilir.



anlamına gelir. Yetişkinlerin kekemeliği genellikle kalıcıdır. Kekemelik erkek çocuklarında kız çocuklarına nazaran ortalama iki kat daha fazla gelişir. Kız çocuklarında kekemelik genellikle geçicidir. Kekeleyen erkek çocuklarında bu oran 5:1 kadar yükselir (5 erkek çocuğuna 1 kız çocuğu düşer).

Kekemelik her kültürde görülür ve 4000 yıllık yazılarda bile kekeleyen insanlardan bahsedilir.



Kekemeliğin nedeni psikolojik midir?

Hayır psikolojik değildir. Kekeleyen çocuklar ve onların velileri kişiliklerinde ve birbirleriyle iletişimde toplumun diğer kişilerinden farklı değillerdir.

Tipik bir kekeme kişiliği ve kekemelere özgün aile ortamı tespit edilmemiştir. Kekeleyen kişiler, kekemeliklerinden dolayı diğer insanlardan daha sinirli, korkak veya çekingen değillerdir. Kekeleyen kişiler kekeledikleri için daha az zeki veya yetenekli değillerdir. Ne yazık ki belirtilen önyargılar toplumda halen çok yaygındır. Kekemelik sadece bir konuşma akıcılığı bozukluğudur, ancak ilgili kişinin duygusal durumu ile kekemeliği birbirlerini büyük ölçüde etkileyebilir.

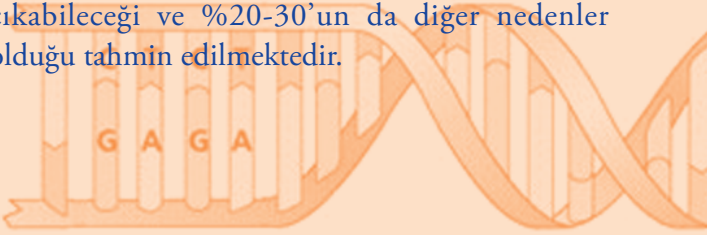


Kekemelik kalıtsal mıdır ?



Kekeleyen insanların ailelerinde kekelemeyenlere nazaran üç kat daha fazla kekemelik görülür. Kekeleyen kadınların çocuklarında, kekeleyen erkeklerin çocuklarına göre kekeleme daha sık görülür. İkiz araştırmalarında aynı genlere sahip olan tek yumurta ikizlerde (çift yumurta ikizlerine göre) daha sık ikisinin de kekelediği görülür. Bütün bunlar kalıtımın kekemeliğin ortaya çıkmasında bir rol oynadığını gösterir. Kekemelik ilk derecede kalıtsal değildir, fakat kekelemeye hassaslık kalıtsaldır.

Ortalama %70 – 80 varsayımla bir çocuğun soyaçekimden dolayı kekemeliğinin ortaya çıkabileceği ve %20-30'un da diğer nedenler olduğu tahmin edilmektedir.



Kekeleyen ve kekelemeyen insanlar arasında fark var mıdır ?



Kekeleyen ve kekelemeyen kişiler genel olarak kişilik ve zeka açısından birbirlerinden farklı değildir. Bedensel olarak da örneğin ses telleri ve dil yapıları açısından farklılık göstermezler. Beyinde konuşmanın motorik yönetiminde kekeleyenlerle kekelemeyenler arasında az farklılıklar görülmüştür. Fakat bu da her kekeleyen insanın tam bu konuda sorunu olacak diye bir koşul yoktur. Bunun yanısıra kekeleyen çocukların kekelemeyenlere nazaran dil



gelişimlerinde sık sık geri oldukları veya daha başka dil bozuklukları gösterdikleri tespit edilmiştir. Yukarıda belirtilen farklılıklar kekemeliğin bedensel olarak genetik olabileceği ya da doğum veya doğum sonrası bebeklik çağında edinilmiş olabileceğine ilişkin belirtiler olarak değerlendirilebilir.

Kekemeliğin nedenleri nelerdir ?

Konunun uzmanı olmayanlar kekeleyen çocuklar konuşabildiklerinden daha çabuk düşündükleri için ya da kekeleyen bir insanı taklit ettikleri için, daha sınırlı oldukları için veya daha fazla ilgi çektikleri için, dillerinin daha yavaş döndüğünden dolayı konuşmalarının akıcı olmadığını tahmin ederler. Bu görüşler doğru değildir.

Kekeleyen insanların kekelemeye genetik olarak yatkın oldukları düşünülür. Kekemelik çocuğun bedensel, zihinsel, duygusal, dil ve konuşma açısından çok çabuk geliştiği bir dönemde ortaya çıkar. Neden ve niçin bazı çocuklarda bu dönemde kekemeliğin ortaya çıktığı bilinmemektedir. Kekemeliğin gelişiminde duygusal, bedensel veya sosyal nedenlerin önemli rol oynadığı tahmin edilmektedir. Kekemeliğin daha ileri gelişmesinde konuşmada artan gerginlik, çocuğun kekemelikten kaçınmasına neden olur. Bu bağlamda konuşmaya karşı olumsuz duygular ve tavırlar ortaya çıkabilir. Korku ve kaçınma, konuşmada gerginlik ve sürekli engellenme sonucunda oluşan kısır döngü, kekemeliğin ayakta kalmasına veya daha da artmasına



yol açar. Kekemelik bu süreç içinde otomatikleşir ve devam ettiği süreye bağlı olarak değiştirilip düzeltilmesi de zorlaşır.

Neden kekeleyenler ara sıra akıcı konuşabilirler ?



Kekeleyenler şarkı söylerken, fısıldarken, koro halinde konuşurken ya da, seslerini örneğin daha yüksek veya alçak algılamalarını veya geç işitmelerini sağlayan cihazlar kullandıklarında daha akıcı konuşabilirler. Diğer durumlarda örneğin telefon konuşması yaparken veya belirli kişilerle konuşurken kekemelik çoğalabilir.

Bu değişik durumlar kişinin özel konumuyla ve tecrübesiyle ilgili olabilir, diğer bahsedilen durum ise daha çok kekemeliğin beyinde işlenmesiyle ilgili olduğu tahmin edilmektedir.

Kekemeliğin derecesi genellikle küçük çocuklarla konuşurken, evcil hayvanlarla ilgilenirken veya kendi kendine konuşurken hafifler. Yani kekemelik iletişimde baskı yoğunlaştıkça fazlalaşır.

Çocuklarda kekemelik dönem dönem kendini gösterir. Yoğun bir kekemeliğin baş gösterdiği bir dönemden sonra çocuğun akıcı konuştuğu bir dönem gelebilir. Bir bakarsınız kekemelik yok olmuştur, çocuk çok akıcı konuşur, bir bakarsınız kekemelik çoğalmıştır. Bunun nedeni her zaman anlaşılmaz. Bunların yanı sıra kekemelik zorlanmalarda, yorgunlukta ve heyecanla çoğalır.



Çocuğum kekeliyor mu ?

Hemen hemen her çocukta akıcı olmayan konuşma türüne rastlanır. Çok heceli sözcüklerin veya cümle parçalarının tekrarlanması, konuşmayı cümle içinde kesmesi veya ara vermesi gibi normal saydığımız konuşma aksaklıkları görülebilir.

Veliler genellikle haklı olarak kekemeliğin belirtisi olan bloklarda, duraksamalarda uzatma ve hece tekrarlamalarında tasalanırlar. Bu aksaklıklar (akıcı olmayan belirtiler) normal bir konuşma gelişimine ait değildir. Bu belirtiler gerçek konuşma bozukluğudur.

Normal olarak tanımladığımız konuşma akıcılığı örneğın çocuğın *'ben-ben-ben topu istiyorum'* demesidir, fakat *'b-b-b-ben topu istiyorum'* dediğinde kekemelik kendini gösterir.

Çocuk gözle görülür şekilde kelimeleri söylemede/ çıkarmada zorlanır, nefesi kesilirse, kelime/sözcük veya sesleri söylemekten çekinirse hatta konuşmaktan korkmaya başlarsa o zaman kekemelikten bahsedebiliriz.



Anne-babalar (veliler) kekemeliğe sebep olabilirler mi ?



Bu konuda hiç bir kanıt yoktur. Kekemelik üç etkenin birleşiminden oluşur: kekemeliğe karşı irsi yatkınlık, kekemeliğe yol açan neden ve onun devamını sağlayan, gelişmesinde etkili olan durum. Yani kekemeliğin ortaya çıkmasının sadece bir nedeni yoktur. Birçok etken kekemeliğin oluşmasını etkiler. Kalıtımsallığın önemli bir rol oynadığı tahmin edilir. Kekemeliğin ortaya çıkmasında velilerde kesinlikle suç aranamaz. Ama onlar anne-baba olarak kekeleyen çocuklarına yardımcı olabilirler.

Çocuğum kekeleyemeye başladığında ne yapabilirim ?



Çocuğunuzun kekeleydiğini fark ettiğiniz ve tasalanmaya başladığınız anda mutlaka bir uzmana danışmalısınız. Kekemelik dalında tecrübesi olan bir uzmana başvurarak kekemelik teşhisi yaptırın ve uzmanın görüşünü alın. Çocuğunuzu muayene edilmesi için mutlaka yanınızda götürün. Bunun yanı sıra sizinle kekemeliğin belirtileri ve çocuğın tepkisi hakkında görüşülmesi gerekmektedir. Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V. (Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu) da danışmanlık yapmaktadır. Oradan bulunduğunuz yere yakın uzmanların adreslerini de temin edebilirsiniz. Eğer çocuğunuz kekeliyorsa aşırı telaşa kapılmamaya çalışın, fakat uzun zaman kekemelik



geçer diye umutlanıp beklemeniz de tavsiye edilmez.

Çocuğunuz konuşurken kendini zorluyorsa veya konuşmasından dolayı hayal kırıklığına uğruyorsa mutlaka kekemeliğin teşhisi yapılmalıdır. Tabii ki tasalanıyorsanız ve ne yapacağınızı, nasıl davranacağınızı bilmiyorsanız da bir uzmana danışmanız yararlı olur. Kekemelik tedavisinde çocuğunuzun yaşı önemli değildir. Kekemeliğin muayenesi tedavinin gerekli olup olmadığı konusunda karar verilmesine yardımcı olur.



Siz de çocuğunuza yardımcı olabilirsiniz. Kekemelik kötü bir alışkanlık olmadığı gibi çocuğun kontrolü dışındadır. Çocuğunuzun takılmalarını düzeltmeyin. Onun size 'nasıl' değil de 'ne' demek istediğini anlamaya çalışın. Onu zorlamayın, sözcük ve tümcelerini tamamlamayın. Kendiniz sakın olup yavaş konuşmaya çalışın. Çocuğunuza anlayış gösterin ve üzüldüğünde onu teselli edin. Kekemelik hakkında bilgi edinin ve çevrenizdeki insanlara, çocuğunuza karşı nasıl davranmaları gerektiğini anlatın.



Çocuğumla kekemelik hakkında konuşabilir miyim ?



Eskiden çocuklarla kekemelik hakkında konuşulması tavsiye edilmezdi. Bunun nedeni de çocuğun kekemeliğini farketme korkusu ve dolayısıyla kekemeliğin artmasından şüphelenilirdi. Ancak çok küçük çocuklar bile konuşurken akıcı olmadıklarını fark ederler. Çocuk kekemeliğinden dolayı utanabilir, kendisini çaresiz hissedebilir. Kekemeliğin tabulaştırılmasına bir neden yoktur. Kekemelik konusu üzerinde konuşulması yasak olan bir sır gibi ele alınırsa çocuk kekemeliğinden dolayı utanması gerektiğini düşünür. Bu da kekemeliği yoğunlaştırabilir.



Çocuğunuzla kekemelik hakkında konuşun, üzüldüğünü fark ederseniz onu teselli edin. ‘Evet konuşman şu an seni biraz zorluyor’ ya da ‘dilin senin istediğini yapmadı değil mi?’ diye onun sıkıntısını paylaşın. Eğer çocuğunuz çok küçükse ve ‘kekemelik’ sözcüğünü henüz anlayamazsa o zaman kekemeliği tarif ederek konuşmasının ara sıra takıldığını, ‘tökezediğini’ ve bazen de ‘duraksadığını’ anlatabilirsiniz.



Çocuğumun tedaviye ihtiyacı var mı ?

Kekelediği tespit edilen her çocuğun tedaviye ihtiyacı olmayabilir. Genellikle velileri bir danışmanlıkla yönlendirmek yeterli olabilir. Eğer veliler çok tasalanıyorsa ve kendilerini suçluyorsa danışmanlık kendilerini rahatlatır. Danışmanlıkta kekemelik hakkında bilgi edinirler. Çocuklarına karşı nasıl davranılacağını öğrenirler ve onun akıcı konuşmasını nasıl destekleyebilecekleri hakkında bilgilendirilirler. Ve nihayet çocuğun kekelemesinde tedavi gerektirecek değişiklikleri izlemeyi öğrenirler. Bunun yanı sıra kekemeliğin değişik durumlarını gözlemleyebilirler ki çocuğun tedaviye gereksinim olup olmadığı hakkında karar verebilirler.



Tedavinin gerekli olduğu durumlar şunlardır: Eğer çocuk konuşurken çok zorlanırsa, kekemeliğini engellemek için kendini zorluyorsa (kelimenin çıkması için örneğin kollarını ve kafasını hareket ettiriyorsa), kekemelikten kaçınıyorsa, bazı kelimelerde kekeleyeceğini fark edip o kelimeleri başka kelimelerle değiştiriyorsa ve her türlü konuşma



ortamından kaçınıyorsa, çocuk mutlaka tedavi görmelidir. Bunlar, yeni başlayan kekemeliğe karşı gösterilen tepkiler olup kekemeliğin ilerlediğini göstermektedir. Tedavi sırasında bu ilerleme durdurulmaya, hatta geri çevrilmeye çalışılmaktadır.

Çocuklara yönelik ne gibi tedavi yöntemleri vardır ?



Kekemelik tedavisi 2-3 yaşları arasında da başarılı olabilir. Hiç bir uzman kekemeliğin nasıl gelişeceğini önceden söyleyemez. Bu nedenle güvenilir tedaviler kekemeliğin tamamen ortadan kalkabileceğini garanti edemez. Fakat erken tedavi edilen çocuklar konuşurken daha az güç sarf etmeyi öğrenirler hatta kekemelikten tamamen kurtulabilirler. Eğer kekemelik kalıcıysa tedavinin amacı, çocuğa kekelemeyle nasıl baş edebileceğini öğretmek ve böylece gelişiminde olumsuz etkileri önlemektir.

Kekemelik tedavisinin mutlaka veli danışmanlığını da kapsaması gerekmektedir. Bu danışmanlıklarda veliler bilgilendirilip çocuğun kekemeliğine nasıl yaklaşmaları gerektiğini öğrenirler. Çocuklarda uygulanan tedaviler her zaman oyun oynayarak ve yaşa uygun bir biçimde yapılır.

Tedavide ya kekemelik dolaylı yollardan işlenir; örneğin kekemeliği olumlu etkileyebilecek alanlardan başlanır, ağız dil hareketleri, kelime hazinesini genişletici veya söz dizimi hatalarını düzeltici çalışmalar, gerekirse aile içi iletişim alışkanlıkları çocuğun akıcı konuşmasını kolaylaştırıcı bir biçimde



değiştirilebilir. Ya da tedavide doğrudan konuşma ve kekemelik ile ilgili çalışmalar yapılır. Bu alanda değişik yöntemler uygulanır: Çocuklar yorucu kekemeliğin yerine daha hafif konuşup kendilerine güvenerek iletişim kurmayı öğrenirler. Ya da konuşmalarını kontrol etmeyi yani kekemeliği azaltmayı öğrenebilirler. Diğer tedavi yöntemleri davranış tedavisinde kullanılan ve kekeleyen çocukların akıcı konuşma süreçlerini güçlendiren yöntemlerdir.

Birçok durumda dolaylı yöntemlerle doğrudan yöntemler birlikte uygulanır. Kekemelik konusunda uzman kişiye danışarak tedavi yöntemleri hakkında bilgi edinin ve uzmanla birlikte, çocuğunuzun yaşını da gözetererek hangi yöntemin uygun olacağına karar verin. Tüm yöntemler için geçerli olan, çocuk ne kadar küçük olursa, anne-baba da o kadar tedavinin bir kısmının uygulanmasına yönlendirilirler.

Hangi tedavi olanakları yetişkin kekemelere yöneliktir ?

Genç ve yetişkin kekemelere yönelik birçok tedavi yöntemleri bulunmaktadır: ya ayakta tedavi (ambulant) ya da tedavi merkezinde yatılı olarak, gurup tedavisi, teke tek, haftalık veya günlük ya da bir haftalık veya haftasonu düzenlenen yoğun tedaviler olabilir.

Tedavilerde iki ana yön bulunmaktadır: ‘fluency shaping’ adı altında daha çok konuşmayı akıcılaştırmayı amaç edinen, kekemeliği değiştiren



bir yöntemdir. Konuşma ilk önce tanınamayacak şekilde değiştirilir. Sese giriş yumuşatılır, sesli harfler (vokaller) uzatılır. Konuşma hareketleri çok düşük bir kas gerilimle yapılır, nefes alıp verme kontrol edilir. Gittikçe bu konuşma türü doğal bir konuşma uslubuna uyarlanır. Konuşma tekniği zamanla otomatikleşse bile konuşmanın sürekli kontrol altında kalması şarttır.

Kekeme tedavilerinde kullanılan ikinci yöntem ise kekemeliğin ortaya çıkmasında daha iyi tepki gösterilmesini amaçlayan ‘kekemelikten kaçınmama’ yöntemidir. Kekemelikten kaçınmak veya yorucu konuşmak yerine kekemeliğin ortaya çıktığı veya çıkabileceği kelimelerde konuşma teknikleri kullanılır. Bu durumda ya kekemelik engellenir, ya da kontrol edilir ve hafifletilir. Bunun önkoşulu ilk önce korkuları ve kekemeliğe karşı olumsuz düşünceleri kaldırmaktır. Sadece bu uygulamayla bile birçok kişide kekemelik azalmaktadır.

Her iki yöntem de kekemeliği tamamen ortadan kaldıramaz. Her tedavi yöntemi tüm kekeleyenlere yardımcı olacak diye bir kaide de yoktur, deneyimlerimize göre yöntemlerin uygunluğu kişiye göre değişebilir.

Hipnoz, akupunktur, rahatlama çalışmaları, teknik yardımcı cihazlar ve psikoterapi gibi yöntemler de kimi zaman sunulan tedavi olanaklarından bazılarıdır. Ancak bu yöntemlerde sadece kısa vadeli başarıların elde edildiği bilimsel araştırmalar sonucu tespit edilmiştir. Eğer kekemelik ilgili kişiyi panik ve kendini dışlayıcı (kişiyi aşırı yerici) davranışlara sürüklerse psikolojik danışmanlığın yapılan konuşma tedavisine destekleyici etkisi olabilir.



Hangi kekemelik tedavileri ciddi ve güvenilirdir ?



Kekemelere yönelik ciddi ve güvenilir tedavi olanakları, ciddi olamayan tedavi imkanlarından şu konularda farklılıklar içerir:

- ▶ tamamen iyileşmeyi garanti etmez/ sağlatıma söz vermez
- ▶ tedavi süresinin yeteri kadar uzun olması
- ▶ tedavi içeriğinin sadece tedavi odasında değil, günlük yaşamda da denenmesini öngörür
- ▶ alıştırmaların günlük yaşama da aktarılmasına önem verir
- ▶ tedavi bittikten sonra uzun vadeli programı sunar
- ▶ tedavi sonrası kötüleşme / gerileme görülürse ek tedavi seansları sunar.

Tarafsız danışmalık için Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu'na başvurabilirsiniz.

İlaçlar kekemeliği iyileştirir mi ?



Kekemeliği tedavi edebilecek bir ilaç daha bulunamamıştır. Bazı ilaçlar alındıkları sürece kekemeliği azaltabilirler. Kasları gevşetici ilaçların yararı olduğu görülürse de, korkuya karşı alınan ilaçların yararı yoktur. İlaçlar bırakıldığında kekemelik genellikle aynı derecede geri gelir. Özellikle uzun vadeli alınan ilaçların yarardan çok zarar vereceği hesaba katılmalıdır.



Kekeme tedavileri ne kadar başarılıdır ?



Çocukluk döneminde başlayan kekemelik çoğunlukla kendi kendine en geç ergenlik döneminde geçer. Fakat şimdiye kadar hangi çocuklarda ve hangi yöntemlerle kekemeliğin geçeceği bilinmemektedir. Uzmanların ortak olduğu düşünce tedaviye ne kadar erken başlanırsa o kadar yararlı olacaktır.

Kekeleyen yetişkinler iyi bir iletişim kurabilecek derecede konuşmalarını akıcılaştırabilirler yani konuşmalarını kontrol altına alabilirler. Ancak bu birçoğu için yaşam boyu sürekli çalışma gerektiren bir süreçtir.

Her tedavi yönteminde de gerileme, hatta tedavi öncesi duruma gelme görülebilir. Hiç bir tedavi yönteminin kesin üstünlüğü yoktur.

Kekemelik okulda sorun yaratırsa ne yapılması gereklidir ?



Okul, kekeleyen çocuk ve gençler için çok zor bir dönemdir. Alay etmeler, dışlayıcı davranışlar maalesef öğrenciler arasında tipik problemlerdir.

Kekeleyen öğrenciler konuşma özürlerinin sözlü notlamalarda yeteri kadar göz önüne alınmaması halinde mağdur duruma düşerler. Öğretmenler genellikle kekemeliğin hukuksal bir özür olarak kabul edildiğini bilmemektedirler. Almanya'da birçok eyalette özürlü öğrencilerin diğer öğrencilere nazaran mağdur kalmamalarını sağlayan yasalar vardır. Kekemelik durumunda da bu haklar talep edilmeli.





Örneğin kekeleyen öğrenciye sözlü imtihanlarda daha fazla vakit sunulabilir veya alternatif sınav hakları tanınabilir.

Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu öğretmen, öğrenci ve anne-babaları bu konuda aydınlatır ve Federal Eyaletlerin hangi yasalarından yararlanabilecekleri hakkında bilgi verir.

Kim yardım edebilir ?

Almanya'da özellikle Dil ve Konuşma Bozuklukları Uzmanları (Logopädin / Logopäde) ya da Özel Dil Bozuklukları Öğretmenleri kekeme tedavisini sunabilirler.

Fakat bunların çok azı kekemelik tedavisi konusunda uzmanlaşmıştır. Uzmanların branşları hakkında bilgi edinmek için sağlık sigortanıza veya Almanya çapında yetkin uzmanların listesine sahip Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu'na başvurabilirsiniz.

Kekemeler Özyardım Derneği'nin grupları birçok kekeleyen insanlara, velilere seminer aracılığıyla da



yardımcı olmuştur. Bu gruplarda başka kekemelerden tedaviler hakkında bilgi almak, onlarla bilgi alış-verişinde bulunmak, benzer tecrübeleri paylaşmak, onlarla dertleşmek, yardım almak ve birbirine anlayışla destek olmak mutlaka yararlıdır.

Kendinizi

kendi sorunuzun uzmanı

konumuna getirin!

Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu'nun 'Demosthenes' adlı bir yayınevi vardır. Bu Yayınevi sadece kekemelik ile ilgili kitaplar yayınlar. Yayınlanmış rehber ve kitaplar kekemelik hakkında anlaşılır bir dilde tüm önemli bilgiler verir.

Dinleyiciler kekemeyle konuşurken nasıl davranmalıdırlar ?



Gayet normal davranın ve iletişim için karşınızdaki kişinin yüzüne bakın. Kekeleyen insanların sözünü kesmeyin ve kelimelerini tamamlamayın. Bu onları aşağılayabilir. 'Sakin ol' veya 'derin nefes al' gibi teselli edici öneriler yapmayın. Bunlarla yardımcı olamazsınız. Mutlaka rahat bir şekilde karşınızdaki insanın konuşmasını bitirmesini beklemek durumu sakinleştirir. Biraz sabırlı olmanız yeterlidir.



Kekemeler iş başvurusu görüşmelerinde nasıl davranmalıdırlar ?

▼

Kekemelik karşıdaki insanı şaşırtıyorsa veya kekemeliği konu etmeye cesareti yoksa en iyisi kekemelik hakkında açık açık konuşmaktır. Bu gergin durumu rahatlatır. Hem işinizin hem de kekemeliğinizin üstesinden geleceğinizi, kekelemeliğinize rağmen iyi bir iletişimci olduğunuzu belirtin.



Kekeleyen ünlü kişiler var mıdır ?

▼

Rowan Atkinson (Mr. Bean) (Oyuncu / Artist),
Andreas Brucker (Oyuncu / Artist),
Winston Churchill (İngiltere Eski Başbakanı),
Charles Darwin (Bilim adamı),
Gottfried John (Oyuncu / Artist),
Ben Johnson (Sporcu),
John Larkın / Scatman John (Şarkıcı),
Marilyn Monroe (Oyuncu / Artist),
Bruce Willis (Oyuncu / Artist),
Matt Morgan (Wrestler),
Gareth Gates (Şarkıcı).





John Larkin alias
Scatman John

Kekeleyen insanlarla nasıl temasa geçebilirim ?

İnternet diğer kekemelerle iletişimi chat rooms (özel kouşma odaları), karatahta ve mailing listeler aracılığıyla çok kolay sağlar. Adresleri Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu'ndan temin edebilirsiniz (www.bvss.de).

Bilgi alış verişini oturduğunuz belediyede bulunan kekemeler özyardım grubunda sağlayabilirsiniz. Adresleri yine internet üzerinden Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu aracılığıyla temin edebilirsiniz (www.stotterer-selbsthilfegruppen.de). Bu sayfada ayrıca kekemelik hakkında günübürlük seminerler ve toplantılar hakkında da bilgi edinebilirsiniz.

Her sene Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu ortalama 200 kişinin katıldığı Almanya Kekeme Kongresi düzenlemektedir. Her üç senede bir de Uluslararası Kekeme Birliği Dünya Kekeme Kongresi yapılır.

Türkiye Kekemelik Birliği (Turkish Stuttering Association) 2009 yılında kurulmuştur <http://www.kekemelik.web.tr> sayfası üzerinden bulabilirsiniz.





Demosthenes Yayınevinin yayınladığı kitaplardan bir seçim:

Demosthenes Institut (Hrsg.)

Benni: U-und ? Wwoo ist das P-problem ?

Benni 2: B-b-besser geht's nicht !

Benni 3: ... auf K-k-klassenfahrt !

Benni 4: ... und die Jjjjets!

Comics für Kinder und Jugendliche von 9 bis 14 Jahren

Ruth Heap (Hrsg.)

Wenn mein Kind stottert

Ein Ratgeber für Eltern, 4. Aufl. 2005

Angelika Schindler

Stottern und Schule

Ein Ratgeber für Lehrer, 2. Aufl. 2001

Demosthenes Institut (Hrsg.)

Wenn das Sprechen klemmt

Ein Ratgeber für Jugendliche, 1996

Ruth E. Heap (Hrsg.)

Meine Worte hüpfen wie ein Vogel.

Ein Bilderbuch für Erwachsene, 2005

Horst M. Oertle

Therapie des Stotterns

Ein Ratgeber, 1998

Demosthenes Institut (Hrsg.)

Stottern und Selbsthilfe

Ein Ratgeber für Stotternde, 1996



Erhard Hennen (Hrsg.)

Entmachtung des Stotterns

22 Erfahrungsberichte von Betroffenen, 1989

Wolfgang Wendlandt

Stottern ins Rollen bringen

Die Kiesel des Demosthenes, 1994

Bundesarbeitsgemeinschaft Hilfe für Behinderte (BAGH):

Kommunikation zwischen Partnern – Stottern. 2002

DVD Filmler



Andreas Starke

Stottern vereinfachen

Modifikationstechniken nach Charles Van Riper

73 Min., 56 S. Begleitbuch, 1996

Berthold Wauligmann

Stotternde entdecken Sprechfreude

Von Hausdörfers Tönen und Hören zu

Richters Naturmethode

87 Min., 80 S. Begleitbuch, 1996

Holger Prüß

Stottern kontrollieren lernen

Stotter- und Sprechkontrollierungstechniken,

55 Min., 40 S. Begleitbuch, 2000

Peter Schneider, Patricia Sandrieser

Direkte Therapie bei stotternden Kindern

Symptomorientierte Verfahren für Kinder zwischen 2 und

12 Jahren, 60 Min, 56 S. Begleitbuch, 2002





Bu broşür Dr. Ulrich Natke tarafından derlenmiş,
Figen Schultz-Ünsal ve Petra Wurzel-Şaşmaz tarafından tercüme
edilmiştir.

Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.

(Kekemeler Özyardım Dernekleri Federasyonu)

Zülpicher Straße 58 • 50674 Köln

Telefon 0221-139 11 06

Telefax 0221-139 13 70

info@bvss.de • www.bvss.de

Bağış Hesap Numarası (Spendenkonto): 710 34 00

Bank für Sozialwirtschaft, Köln

BLZ 370 205 00



**Deutsche
Rentenversicherung**

Bund

*Broşürün Baskısı Federal Alman Emekliler Sandığı
tarafından desteklenmiştir.*

*(Der Druck dieser Broschüre wurde gefördert durch
die Deutsche Rentenversicherung Bund.)*