

الثلثي

كيف يُمكن التواصل بشكل أفضل مع الأشخاص المتلعثمين؟

- يستحق الأشخاص الذين يتلعثمون الصبر والاهتمام كما يستحقه غيرهم الذي لا يتلعثمون.
- أعطهم الوقت الكافي للكلام.
- لا تتلف عنهم أو تقاطعهم أو تستعجلهم أو تكمل عنهم كلماتهم، فإن محاولة مساعدتهم على الكلام قد يولد لديهم القلق والوعي بذاتهم مما يزيد الأمر سوءاً.
- اقتراحات مثل "تكلم ببطء"، "استرخ"، أو "خذ نفساً عميقاً" يمكن أن تجعل الشخص يشعر بعدم الارتياح أكثر.
- ركز على "عن ماذا يتحدث" وليس "كيف يتحدث" ...

طبيعته

أسبابه وطرق علاجه

STUTTERING



ما هو التلعثم؟

- التلعثم ويُطلق عليه أيضًا التأتأة وهو اضطراب في طلاقة وسلاسة الكلام.
- معظم الناس قد يتخلل كلامهم مقاطع صوتية معينة مثل (آه / أم م م) أو يكررون بعض الكلمات، ولكن هذه الاضطرابات البسيطة في الطلاقة تُعتبر طبيعية ولا تستدعي الاهتمام في الغالب إلا إذا كانت تؤثر على تواصل الشخص بالآخرين.

التلعثم عند الأطفال:

- غالبًا ما يظهر التلعثم في عمر مبكر جدًا (بين ٢ - ٥ سنوات من العمر) بسبب تطور استخدام قواعد لغوية مختلفة.
- قد تظهر التأتأة عندما يحاول الطفل استخدام جمل أطول، وعند ظهور المشكلة لأشهر بسيطة قد ينصح أخصائي اللغة والتخاطب بالانتظار ومراقبة الطفل فقط لفترة معينة مع إعطاء إرشادات للأهل عن كيفية التعامل مع التأتأة.
- من العوامل المحتملة لاستمرار التلعثم عند الطفل هي وجود اضطرابات في اللغة أو الكلام أو قلق من جانب الأهل أو الطفل.

ما هي أسباب التلعثم؟

- ما تزال أسباب التلعثم غير محددة، وتتضمن بعض الاحتمالات وجود خلل في تناسق حركة عضلات الكلام.
- قد يكون سبب التلعثم مختلفًا تمامًا عن سبب استمراره أو زيادة شدته، وغالبًا ما ينتج التلعثم عن اشتراك عدة عوامل جينية وعصبية وبيئية.
- يكون لدى كل شخص سبب مختلف عن غيره من الأشخاص.

ما هي مظاهر التلعثم؟

- تكرار الكلمة أو جزء منها (تتتتلعثم).
 - توقف مفاجئ (بدون صوت).
 - إطالة للأحرف أو المقاطع الصوتية (تاتاتتتلعثم).
 - الإضافات (آه / أم م م).
- وقد يرافق هذه المظاهر إيماءات وحركات جسمية أخرى ترتبط بالتوتر أو بالميل نحو تجنب الكلام.

كيف يمكن تشخيص التلعثم؟

أخصائي اللغة والتخاطب هو المسؤول عن تشخيص اضطرابات طلاقة الكلام.

ما هو علاج التلعثم؟

- إن معظم برامج علاج التلعثم سلوكية، على سبيل المثال: بمساعدة أخصائي اللغة والتخاطب يتم السيطرة أو مراقبة معدل (سرعة) الكلام، ويتم التدريب أيضًا على إصدار الكلمات بطريقة أكثر هدوءً وبوتور جسدي أقل، بالإضافة إلى ذلك يتم تطبيق تدريبات التحكم بالتنفس.

هل يمكن الشفاء من التلعثم نهائيًا؟

- من الأفضل الابتعاد عن فكرة الشفاء التام للتلعثم، فالتلعثم سلوك وليس مرض، لهذا فإن العلاج يجب أن يهدف إلى التحسين من طلاقة الكلام والتواصل بنجاح على المدى البعيد بدلًا عن التقليل من التلعثم على المدى القريب.

