

Τραυλισμός, το επίκτητο εμπόδιο στην επικοινωνία

Ο ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΕΡΕΥΝΑΣ και Θεραπείας Τραυλισμού Γιώργος Φούρλας εξηγεί τις αιτίες που μπορούν να προκαλέσουν το πρόβλημα, ενώ παραθέτει και τους τρόπους αντιμετώπισής του

ΜΕ ΑΦΟΡΜΗ την Παγκόσμια Ημέρα Ενημέρωσης για τον Τραυλισμό, στις 22 Οκτωβρίου, συζητήσαμε με τον κ. Γιώργο Φούρλα, υπεύθυνο του Κέντρου Έρευνας και Θεραπείας Τραυλισμού θέματα που αφορούν σε μια ομάδα ενηλίκων με επικοινωνιακές δυσκολίες: τα άτομα που τραυλίζουν.

Πώς εμφανίζεται ο τραυλισμός στους ενήλικους; Η πλειονότητα των ενηλίκων με τραυλισμό έχει μεγαλώσει με αυτή την επικοινωνιακή δυσκολία. Ο τραυλισμός ξεκινά στην προσχολική ηλικία, μεταξύ των 2,5 και 4 χρόνων, και εδραιώνεται στη σχολική. Τα παιδιά ενηλικιώνονται βιώνοντας τον επικοινωνιακό τους ρόλο μέσα από το πρίσμα του τραυλισμού, προσαρμόζονται στις απαιτήσεις αυτού του ρόλου και ερμηνεύουν την πραγματικότητα μέσα από αυτόν. Σπανιότερα, ο τραυλισμός μπορεί να είναι αποτέλεσμα ενός έντονου ψυχολογικού τραύματος ή κάποιας επίκτητης νευρολογικής πάθησης.

Ποια είναι τα επικοινωνιακά χαρακτηριστικά ενός ενήλικου που τραυλίζει; Ο τραυλισμός στους ενήλικους έχει δύο όψεις. Η ορατή όψη είναι τα κολλήματα, οι επαναλήψεις λέξεων και συλλαβών, οι επιμηκύνσεις φθόγγων, η επέκταση ήχων, οι συσπάσεις του προσώπου και του σώματος, η απώλεια της οπτικής επαφής και του ρυθμού της αναπνοής. Η κρυμμένη όψη είναι τα αρνητικά συναισθήματα που σχετίζονται με τον συγκεκριμένο τρόπο ομιλίας. Μερικά από αυτά είναι ο φόβος για λεκτική επικοινωνία, η ντροπή και τα αισθήματα επικοινωνιακής ανεπάρκειας, ανασφάλειας και μειονεξίας. Ο φόβος του τραυλισμού μπορεί να οδηγήσει σε συμπεριφορές αποφυγής όπως είναι η αποφυγή λέξεων, προσώπων ή επικοινωνιακών περιστάσεων ενώ σε ορισμένες περιπτώσεις ενδέχεται να προκαλέσει και πλήρη άρνηση λεκτικής επικοινωνίας. Ο τραυλισμός εμφανίζεται μπροστά σε ακροατήριο. Τα άτομα που τραυλίζουν δεν το



Ο τραυλισμός, σύμφωνα με τις επιστημονικές μελέτες, ξεκινά στην προσχολική ηλικία, μεταξύ των 2,5 και 4 χρόνων, και εδραιώνεται στη σχολική

κάνουν όταν μιλούν μόνο τους, όταν υποδύονται ρόλους, όταν αλλάζουν τη φωνή τους ή όταν τραγουδούν. Αντιθέτως, ο τραυλισμός τους συνήθως επιδεινώνεται όταν μιλούν σε πολυπληθές ακροατήριο, σε επίσημες εκδηλώσεις, όταν δίνουν συνεντεύξεις ή απευθύνονται σε πρόσωπα με κύρος ή του αντίθετου φύλου.

Υπάρχει θεραπεία για τον ενήλικο που τραυλίζει; Οι ενήλικοι που τραυλίζουν από την παιδική τους ηλικία -και ειδικότερα αυτοί που έχουν ήδη κάνει θεραπεία σε κάποια φάση της ζωής τους- πιστεύουν ότι δεν μπορούν να κάνουν τίποτα για τον τραυλισμό τους. Αυτό δεν είναι αλήθεια. Παρότι δεν υπάρχει θεραπεία με την έννοια της ίασης, ο ενήλικος που τραυλίζει μπορεί να μετατρέψει

τον τραυλισμό του σε ελεγχόμενο, εύκολο και αποδεκτό τρόπο ομιλίας και να ελέγχει τα συναισθήματά του σχετικά με αυτόν. Τα αποτελέσματα, μεταξύ άλλων, μπορεί να είναι η βελτίωση ως προς την ευφράδεια, η μείωση της συχνότητας και της έντασης των στιγμών τραυλισμού, η ευκολότερη επικοινωνία, η θετική αλλαγή στον ρόλο που το άτομο που τραυλίζει διαδραματίζει στην επικοινωνία, η πιο εύκολη συναναστροφή με τους άλλους ανθρώπους.

Η ακόλουθη προσωπική μαρτυρία είναι ενδεικτική του αποτελέσματος της θεραπείας: «...Ενδεχομένως ο τραυλισμός να μην αποτελεί μια ουσιαστικό πρόβλημα για μένα. Οχι ότι έχω πάψει πια να τραυλίζω, αλλά τα επεισόδια του τραυλισμού -ασφαλώς απείρως πιο ήπια σε σχέση με το παρελθόν- έχουν απολέσει εν πολλοίς τον δυσφοριόγχο χαρακτήρα τους και δεν καταφέρνουν πια να συσταθούν στη συνείδησή μου ως παράγοντες σοβαρού άγχους που θα μπορούσε να αναστατώσει με οποιονδήποτε τρόπο τη ροή -άλλοτε ήρεμη και άλλοτε ταραχώδη- της καθημερινής μου ζωής. Σε σχέση με τη δυσθεώρητα διογκωμένη σημασία που είχαν στο παρελθόν, τα επεισόδια αυτά δεν αποτελούν σήμερα παρά ανεπαίσθητες οχλήσεις...».

Σε κάποιες ευρωπαϊκές χώρες υπάρχουν σύλλογοι που υποστηρίζουν τα δικαιώματα των ατόμων που τραυλίζουν και προσφέρουν συμβουλές και υποστήριξη μέσω ομάδων αυτοβοήθειας σε ενήλικους και γονείς παιδιών που τραυλίζουν. Την ομοσπονδία αυτών των συλλόγων αποτελεί ο ELSA www.stuttering.ws.



Η αφίσα που εκδόθηκε με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα κατά του Τραυλισμού

Τραυλισμός και κληρονομικότητα

Γιατί ο τραυλισμός είναι τέσσερις φορές συχνότερος στους άντρες απ' ό,τι στις γυναίκες

●●● Πρόσφατες γονιδιακές έρευνες έρχονται να αποδείξουν το κληρονομικό υπόβαθρο του τραυλισμού. Αυτό εξηγεί γιατί ο τραυλισμός είναι τέσσερις φορές συχνότερος στους άντρες απ' ό,τι στις

γυναίκες και τρεις φορές συχνότερος στις οικογένειες όπου εμφανίζεται περιστατικό τραυλισμού στις προηγούμενες γενιές.

●●● **Πού μπορώ να απευθυνθώ;**

Η θεραπεία του τραυλισμού είναι εξειδικευμένο αντικείμενο και πρέπει να απευθυνθείτε σε λογοθεραπευτές ειδικευμένους στον τραυλισμό, μέσω του Πανελληνίου Συλλόγου Λογοπεδικών

www.logopedists.gr

●●● **Ποια είναι η καταλληλότερη θεραπεία;**

Υπάρχουν πολλές και διαφορετικές θεραπευτικές προσεγγίσεις και προγράμ-

ματα, κάποια από οποία είναι ομαδικά και εντατικά. Η ιδιαιτερότητα τραυλισμού του κάθε ατόμου καθορίζει και την καταλληλότερη προσέγγιση.

●●● **Πού θα βρω πε-**

ρισσότερες πληροφορίες;

Στις ιστοσελίδες www.travlisimos.gr, www.stuttering.ws, www.stammering.org θα βρείτε έγκυρες πληροφορίες και συνδέσμους από όλο τον κόσμο.