

Kekemelik & okul: senin öz hakkın

Kekemelik bir konuşma özürüdür. Tüm özürsüz insanlarda olduğu gibi sen de okulda, üniversitede ve meslek eğitiminde yasal olarak öngörülen 'özürsüzlük dengelemesi'nden yararlanabilirsin. Genellikle okul yasaları veya sınav yönetmelikleri bunun koşullarını düzenler ve sözlü notunun adilce değerlendirilmesini amaçlar.

Öğretmenlerle eğitimciler genellikle kekemelik hakkında pek bir şey bilmezler. Eğer bu konuda açık konuşursan kendine de, onlara da yardımcı olursun. Anne-baban da bunu yapabilir. Birlikte ders sırasında veya sözlü sınavlarda sana neyin yardımcı olabileceğini kararlaştırabilirsiniz, örneğin zaman uzatımı, yazılı ek çalışmalar veya bilgisayar ve ekran kullanımı.

Ausbildung & Studium – alles ist möglich

Meslek eğitimi ve üniversite – herşey mümkündür

Sadece konuşmanın gerekli olmadığı bir meslekte çalışabildiğine yönelik söylemlere kulak asma. Zaten bu tür iş yerleri de yoktur, gerek telefonda gerekse kişisel ilişki çerçevesinde her meslekte konuşman gerekir. Senin meslek seçimin sadece özel ilgilerin, yeteneklerin ve ileriye yönelik isteklerine bağlı olmalıdır.

Hilfe, Infos & mehr bei der BVSS

BVSS'de yardım, bilgi vb

- Seminerlerimizde veya online forumumuzda aynı yaşta insanlarla ilişki kurma
- Kekemeliğe yaklaşım ve tedaviler konusunda bilgilendirme

- Ücretsiz bildiri ve broşür
- Kekemelik hakkında kitap, mizah dergisi (comic) ve filimler

Lütfen, uzman danışmanlığı, seminer ve özyardım çalışmalarının şu an sadece Almanca yapılabildiğine dikkat et.

Kontakt

İletişim

**Almanya Kekemeler Özyardım Federasyonu
(BVSS)
Bilgi ve danışma bürosu**

Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe e.V.
(BVSS), Informations- und Beratungsstelle
Zülpicher Straße 58, 50674 Köln

Telefon 0221 - 139 1106
E-posta: info@bvss.de
İnternet sitesi: www.bvss.de

Spendenkonto/Bağış için banka hesabı
Hesap No: 7103400
Bank für Sozialwirtschaft, Köln
Banka kodu: 370 205 00

Verdiğiniz bağış ile, sunumlarımızı ayakta tutmaya yardımcı olursunuz.
Üye olma imkanları hakkında da sizi seve seve bilgilendiririz.

© BVSS, 2010

Wir danken der AOK für die freundliche Förderung dieser Broschüre.

Elinizdeki broşürün gerçekleştirilmesinde olan katkısı için AOK'ya teşekkür ederiz.



S wie Stottern – was du wissen solltest und was du tun kannst. Eine Information für stotternde Jugendliche



Kekemelik – Neler bilmelisin ve neler yapabilirsin?

Kekeleyen gençlere yönelik bilgilendirme

S wie Stottern – bist du dabei?

K – kekeleme gibi – sen de var mısın?

Gençleri sinirlendiren birçok şey vardır: okul, anne-baba, sivilce, ses değişimi, kardeşler vs. Kekeleyen genç kız ve erkeklerin, kendilerini ara sıra sinirlendiren, yıldırın veya öfkeliendiren bir öğeleri daha var, o da söylemek istedikleri sözcükleri istedikleri biçimde çıkaramamaları ve diğerlerinin kekemeliklerine karşı hoşgörüsüz tepki göstermeleri. Acaba sen de mi kendini öyle hissediyorsun?

Du bist nicht allein!

Sen yalnız değilsin!

Birçok insan kekeler. Genel anlamda tüm insanların yaklaşık yüzde biri kekemedir – sadece Almanya'da bu rakam 800 bini geçer!

Çocukluklarında veya halen kekeleyen birçok ünlü kişiler de vardır, örneğin Bruce Willis veya Marilyn Monroe gibi artistler, Hamit Altıntop gibi sporcular ve Charles Darwin gibi bilim adamları.

Başka kekeleyen gençlerle tanışmak için
<http://forum.bvss.de> 'ye tıkla!

Was Stottern NICHT ist...

Kekemelik ne DEĞİLDİR...

Kekemeliğin nedenleri halen tamamıyla araştırılmış değildir, ancak yaygın olan önyargıların birçoğu kesin olarak çürütülmüş durumdadır. Kekemeliğin zekaya, eğitim seviyesine ve de sosyal kökene bağlı olmadığı kesindir. Üstelik dünyanın her yerinde ve her dilinde kekemelik görülür.

Kekemelik psikolojik bir bozukluk değildir.

... und was Stottern IST

...öyleyse NEDİR?

Kekemelik konuşma akıcılığının bir bozukluğudur, nefesle seslendirme ve ağız hareketlerinin uyumunu aksatır. Sözcükleri ve sözcük parçalarını tekrarlırsın veya uzatırsın. Ya da bazı sözcüklere tamamen takılırsın (blok) ve tamamen duraklırsın. İcabında göz kırpması, yüz el oynatma gibi ek semptomlar oluşturmuş durumdasın veya konuşurken yüzünü aşırı derecede sıkarsın.

Kekemelik bedensel bir özürdür.

„Manchmal stottere ich übrigens“

'Bazen kekeleyorum işte!'

Sana kekemeliğinle açık davranma konusunda cesaret vermek istiyoruz. Bu şekilde birçok şeyi olumlu etkileyebilirsiniz. Karşıdakilerin tepkileri,

kekemelik konusunda neler bildiklerine ve seni kekemeliğine karşı olan yaklaşımınla nasıl algıladıklarına da bağlıdır.

Diğerleri de kuşkuludur

Arkadaşların, akrabaların ve diğerleri, sana olan bakışlarını kesmemelerinin doğru olduğunu ancak senin yerine sözünü bitirdiklerinde sana destek olmadıklarını nereden bilsinler? Bunu kendilerine açıkla, çünkü kendileri bazen iyi niyetle yaklaşırken tam da yanlış olan şeyi yaparlar.

Baştan beri açık açık kekemeliğin hakkında konuşman yardımcı olur. Okul arkadaşlarına kekemeliğini anlat. 'Bazen kekeleyorum işte...' demenle, kekemelik konusunun senin için bir tabu olmadığını gösterir. Başkalarına kekemeliğin hakkında bilgi vererek sorularını yanıtlarsan seni daha iyi anlamalarını sağlarsın.

Stottern ist nicht alles

Herşey kekemelik değildir

Kekemelik senin kişiliğinin sadece bir yanındır – öyleyse bu, neden her zaman ön planda olsun ki? Çok iyi bildiğin şeylere ve kendinde sevdiğin özelliklere dikkat edersen özdeğer anlayışınızı güçlendirebilirsin ve kendini saldırılardan koruyabilirsin. Başını kaldırır ve seni kızdıranlara meydan bırakmazsan alay edenlerin eğlencesini de iyice bozarsın...

Zeki, enteresan ve sevimli

Kendinden şüphelenir ve kekemeliğinden dolayı zaten kimsenin seni sevmeyeceğini düşünürsen kendini küçük düşürmüş olursun ve bu, diğerlerine karşı cazip bir imaj bırakmaz. Ancak arkadaş edinmeyi, aşık olmayı ve eğlenmeyi kekeleyen herkes gibi sen de yapabilirsin! Belki başkaları kekemeliğinden hiç rahatsız olmazlar ve senden daha az önemserler.

Du kannst etwas tun

Birşeyler yapabilirsin

Sen kekemeliğine teslim olmak zorunda değilsin. Onu değiştirmeyi ve seni rahatsız etmeyeceği biçimde, sana artık yük olmayacağı şekilde kabullenmeyi öğrenebilirsin. Tedavi yapıp yapmayacağın önemli değil – ancak mutlaka onunla daha iyi idare edebilmek ve kekemeliğin ağırlaşmasını engellemek için aktif olman senin için iyi olabilir:

- Kekemeliğinle olan problemlerini açık açık konuş
- Kekemeliğini gizlemeye çalışma
- Var olan olanaklar hakkında bilgi edin

Therapie???

Tedavi???

Birçok kişi, tedavi yapanların deli veya ahmak olduğunu düşünür. Ancak bu kekemelik ve kekemelik tedavileri için geçerli değildir. Almanya'da kekemelik tedavileri özellikle dil ve konuşma bozuklukları konusunda uzman olan logopedi ve konuşma tedavisi uzmanları ve de nefes, konuşma ve ses öğretmenleri tarafından uygulanır.

Kekemelik tedavisi çerçevesinde,

- daha rahat, daha hafif kekeleymeyi,
- kendini sıkmadan konuşmayı,
- blokları nasıl çözebileceğini öğrenirsin.

Ayrıca öğreneceğin:

- kekemeliğe karşı olan korkuları idare etmek
- başkalarına farklı bir özanlayışla yaklaşmak

En kısa zamanda iyileşme vaadedilen 'mucizevi tedavi'lerden kaçın! Genellikle kalıcı çözüm değildir. Tedavi yöntemleri hakkında önceden iyice bilgi edin, bu konuda bize danışabilirsiniz: info@bvss.de

Telefon 0221 - 139 1106