

W czasopiśmie „Przekrój” 8 lutego 2011 ukazał się artykuł Małgorzaty Świąchowicz ”Jąkanie to spętanie”. W artykule tym cytowane są wypowiedzi dyrektora Poradni „TOP” dr. Krzysztofa Szamburskiego.

Zdjęcie sali w Poradni TOP w artykule:



Fot. Rafał Siderski

W tym kole siedzi warszawski Klub J – wspiera się w wychodzeniu z zakłętego kręgu jąkania

Wiadomość wydrukowana ze strony: [www.przekroj.pl](http://www.przekroj.pl)

## JAŁKANIE TO SPĘTANIE

Małgorzata Świąchowicz

Film „Jak zostać królem” otrzymał 12 nominacji do Oscara, a powinien też chyba dostać specjalną nagrodę od jękających się – jeśli nie otworzy im ust, to przynajmniej tym, którzy nie wiedzą, co to jest jąkanie, otworzy oczy na problem. Film nie pokazuje całej tragedii ludzi, którzy się zacinają i blokują, ale za to ma dobre zakończenie: Albert (Colin Firth), jękający się książę Yorku, po wielu nieudanych terapiach trafia w końcu do Lionela Logue’a (Geoffrey Rush). Ten samozwańczy logopeda sprawia, że dękający książę staje się płynnie mówiącym królem Jerzym VI.

W rzeczywistości, szczególnie polskiej, nie tak łatwo o dobre zakończenie. Bywa, że koniec jest opłakany. – Głębokie depresje, samobójstwa – wymienia doktor Olga Przybyła z Zakładu Dydaktyki Języka Polskiego na Uniwersytecie Śląskim. Od lat zajmuje ją tematyka jąkania. – Ostatnio – opowiada – przyszedł do mnie 60-letni mężczyzna z synem. Dorosłym, 30-letnim, milczącym. Wszędzie chodzi z ojcem, bo sam nie jest w stanie wydusić słowa.

Niestety, doktor Przybyła często widuje tak ciężkie przypadki. Wielu ludzi ma za sobą próby samobójcze, bo wychodzi z założenia, że lepiej już nie żyć, niż się odezwać. Na samą myśl o wydaniu z siebie dźwięku zalewa ich pot i krew – robią się czerwoni, zaczynają dygotać, głowa ucieka w bok, oczy w górę. Mowa więźnie w gardle, wygina ciało, czasami toczy się przy tym pianę z ust.

Jąkanie to nie tylko najbardziej przykra ze wszystkich wad wymowy, ale też – według specjalistów – zaburzenie rozwoju, zachowań, emocji. Ponoć można mieć do tego predyspozycje genetyczne, ale można też zacząć się jąkać z powodu urazu (szok, strach) albo gdy człowiek żyje w stresie, stoi przed nadmiernymi wymaganiami. – Z danych WHO wynika, że jąka się jeden procent populacji. Ale to stare badania, raczej nieaktualne – mówi doktor Mieczysław Chęćek, wiceprezes Polskiego Towarzystwa Logopedycznego, który prowadzi Specjalistyczne Centrum Terapii Jąkania. Jego zdaniem jąkających się jest więcej. Doktor szacuje, że w Polsce przynajmniej 500 tysięcy. A będzie jeszcze więcej. Powód? Życie. Ostatnio bardzo przyspieszyło, a nie każdy jest w stanie pośpiech wytrzymać.

## Ręka za wyleczenie

Z telewizji, radia płyną potoki słów. Już nie wypada mówić z namysłem, teraz strzela się słowami, jeden puszcza serię, żeby uprzedzić drugiego. – W domu już od małego każdy jest strofowany: szybko, szybko. Mamy presję czasu – wyjaśnia doktor Chęćek. Jak tam było w przedszkolu, no mów, co tak dukasz? Wyduśże z siebie! A co w szkole? Dlaczego ty zawsze tak się guzdrzesz? No prędko, zaraz wychodzimy na angielski. Pakuj się na trening. Weź się w garść, nie bądź rozmemłany!

Pośpiech i te wszystkie „nara” zamiast „na razie”, „dozo” zamiast „do zobaczenia” z jednej strony wzmagają kłopoty z płynnym mówieniem, a z drugiej – pozwalają ukryć to, że poprawnie nie umie się mówić. – A krycie się, stosowanie uników to podstawowe strategie w jąkaniu – tłumaczy Sylwia Zientek, która prowadzi Centrum Terapii Jąkania w Bydgoszczy.

Z badań, które w ubiegłym roku doktor Przybyła przeprowadziła w szkołach (głównie województwa śląskiego, od podstawówki do liceum), wynika, że kto ma kłopot z mówieniem, woli się nie odzywać. Inaczej od razu dostałby w klasie łatkę „jąkała”, „śmieszny”, „głupi”. – Byłam porażona, kiedy czytałam w ankietach, jakich określeń na jąkających się używają uczniowie – opowiada doktor Przybyła. Zresztą przy przeglądaniu ankiet wypełnionych przez nauczycieli humor jej się nie poprawił. – Nie dostrzegają problemu – wzdycha. – Można, unikając mówienia, dojść do matury – dodaje. – Nauczyciele teraz nie lubią odpytywać, to zajmuje zbyt dużo czasu. Nie naciskają więc, żeby ktokolwiek mówił. A jeśli nawet ktoś z nauczycieli lubi pytać, to jąkający się uczeń woli udać nieprzygotowanego i od razu dostać jedynkę, niż iść do tablicy, męczyć się, wzbudzać wesołość klasy.

– Jąkanie to przypadłość, która nie budzi szczerego zrozumienia, lecz szczerzy śmiech – przyznaje Zdzisław Gładosz, prezes Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Jąkających się Ostoja. – Przy czym dzieciaki są szczerze do bólu, z naciskiem na ból.

Róża Sobocińska, logopedka z Torunia, która z jąkającymi się pracuje od 22 lat: – Dostaję rozpaczliwe e-maile od młodych ludzi, którzy piszą, że woleliby nie mieć ręki lub nogi, niż się jąkać. Uważają, że mniej by bolało.

Są też wyrazy, które jąkających się przyprawiają o ból. To: „trwały”, „krtań”, „brawo”, „trawa”, „droga”, „krowa”. Jeśli ktoś ma na imię Tomek, Adam, Irena, to raczej spuchnie, niż przedstawi się bez zająknięcia.

– Kiedyś na terapii poznałem chłopaka, któremu 20 minut zajmowało powiedzenie, jak ma na imię – wspomina Gładosz.

– Spotkałem kolegę na przystanku autobusowym. Z uprzejmości zapytałem: „Dokąd jedziesz?” – wspomina Jarosław Hanulak (37 lat, cukiernik z Warszawy). – Obaj się jąkami. A on strasznie był uprzejmy i zawzięty, żeby mi odpowiedzieć. Niestety, dusił się, cmokał, wykręcał ciało. Jego autobus przyjechał i odjechał, a on wciąż wymawiał jedno słowo. Nie przerywałem, rozumiałem: człowiek, kiedy już zacznie mówić, to chce skończyć.

Na rozruch sięga się po dźwięki zwane starterami, które powinny pomóc przełamać blokadę: „oj”, „no”, „tam tego”. Albo wypełniacze: „yyy”, „eee”, „uuu”. A i tak nie zawsze udaje się płynnie zacząć i skończyć zdanie.

– Kiedyś – opowiada Jarosław Hanulak – pięknie mnie zablokowało na dworcu PKS. Stałem przy kasie i nic. Trzeba kupić bilet na autobus, a ja nie mogę powiedzieć, dokąd chcę jechać. Ostatecznie kasjerka podała

mi kartkę: „Niech mi pan napisze”. Napisałem, ale wolałbym, żeby mi pozwoliła wyjąkać się do końca.

Innym razem w osiedlowym sklepie odstał swoje w kolejce i już zabierał się do powiedzenia „Dzień dobry”. Tak długo się zabierał, że ekspedientce nie chciało się czekać na uprzejmości ani tym bardziej na to, co miałby jeszcze wykrztusić na temat tego, co miałyby mu podać. – „Czym mogę służyć?” – zapytała człowieka, który stał za mną. A ja? Jakby mnie ktoś w brzuch grzmotnął. Bolało – wspomina Hanulak. – Wyszedłem bez zakupów.

– Ludzie, którzy nie mówią płynnie, codziennymi niepowodzeniami wtrąceni są do piekieł – uważa doktor Chęciek.

Piekłem jest sklep bez samoobsługi, rozmowa telefoniczna (trzeba się spieszyć, bo czuje się to oczekiwanie, napięcie po drugiej stronie). Piekłem jest też okienko (na poczcie, w banku, kasie biletowej), bo jest szyba, trzeba się pochylić, mówić głośno i wyraźnie. To wszystko jest piekielnie stresujące.

## **Jeszcze się maluch zarazi**

– Ludzie boją się mówić i boją się żyć – tłumaczy Marek Dubiński. Jest prezesem wrocławskiego Klubu J, a często jest też nazywany prezesem wszystkich jękających się w Polsce (po dziecięcym porażeniu mózgowym została mu niesprawna ręka, noga, no i długo miał też niesprawną mowę). Jako szef wrocławskiego koła widzi, co się dzieje w rodzinach, w których trafi się jękające dziecko. Jaka jest w nich panika czasami, jaka histeria. – Matka krzyczy i płacze, wymusza na synu, żeby się odezwał. Ten bije się po twarzy, żeby tylko się zdyscyplinować, wydusić z siebie coś, wyartykułować – opowiada Dubiński.

Pracuje na Politechnice Wrocławskiej, skończył studia, zdał przed ministerialną komisją egzamin – ustny! – na bibliotekarza dyplomowanego. Ma więc dowód: przy odpowiedniej technice jękanie można opanować, trzeba tylko stale czuć, koordynować oddech, fonację, artykulację. Udaje mu się, więc ma powód do dumy. Ale ma też pamięć, a w niej niefajne obrazki. Żona, kiedy zaszła w ciążę, nagle zaczęła się od niego odsuwać: lepiej niech on przy niej i dziecku nic nie mówi, jeszcze maluch zarazi się jękaniem. Dziecko urodziło się piękne i zdrowe, wyrosło, nie jąka się (ale małżeństwo się rozpadło).

„Jak zostać królem” to też dramat, ale historyczny. Colin Firth grający księcia Alberta zachęcany jest przez terapeutów do palenia papierosów. „Palenie rozluźnia” – tłumaczą. No to pali (w prawdziwym życiu księżę przypłaci to rakiem płuc). Kazał mu wypychać sobie usta kulkami (wszak Demostenes wkładał sobie do ust kamienie i prosił, jakim był mówcą), lecz i to nie pomaga – przyszedł król o mało nie dusi się kulkami. Dopiero Lionel-Logue jest ratunkiem, choć jego metody na kinowej sali wzbudzają raczej śmiech niż podziw: a to każe księciu czytać Szekspira tak, żeby sam siebie nie słyszał (zakłada mu słuchawki i puszcza płytę z głośną muzyką), a to powoduje, że z książęcych ust płynie potok przekleństw.

Albert – ten prawdziwy, syn króla Jerzego V – był dzieckiem o słabym zdrowiu, kruchym. I choć od urodzenia był tytułowany Wasza Królewska Wysokość Książę Albert z Yorku, nie leczyło go to z kompleksów i nie powstrzymywało od płaczu. Miał notoryczne problemy z żołądkiem i trzęsącymi się kolanami (zapobiegliwie wkładano mu nogi w szyny), a choć był mańkutom, przymuszano go do pisania prawą ręką (co ponoć, jak twierdzą znawcy, może wieść prostą drogą do jękania).

W australijsko-brytyjskim dramacie Logue niby-żartem rzuca z ekranu, że za swój terapeutyczny wysiłek chciałby otrzymać tytuł szlachecki. Współcześni terapeuci polscy (szczególnie samozwańcy, bez dyplomów) też chcą dużo. I to nie są żarty.

## **Złota żyła terapii**

– Niektórzy żądają za terapię od 9 do 12 tysięcy złotych. Przy czym nie ma żadnej gwarancji, że przyniesie ona oczekiwany skutek – mówi prezes Gładosz.

Zdarza się, że po jednej terapii opłaca się kolejną, i kolejną. Bo terapeuci na zachętę pokazują listy dziękczynne od tych, którym udało się opanować jękanie.

– Nie wszyscy jąkamy się tak samo, więc to, co jednemu pomoże, drugiemu może wręcz zaszkodzić –

rozumuje Anna Balawajeder. Ma 33 lata, mieszka w Lublinie, jest księgową. Zapisywała się na wiele terapii, ale nie czuła poprawy. – Archaiczne, nic mi nie dawały.

– Przeszłam dużo terapii – mówi z kolei Renata Margalska z Torunia. – A efektów nie było. Po jednej z nich mówiłam dużo gorzej.

Jest urzędniczką, w dodatku wiceprezeską toruńskiego oddziału stowarzyszenia osób jękających się, więc nie może zamilknąć. – Ćwiczę sama, codziennie. Wstaję rano i czytam głośno, wybijając rytm ręką, na sylabach. Ale – zastrzega – nie każdemu może to pomóc. W moim przypadku akurat się sprawdza. Poza tym dużo daje pozytywne spojrzenie na życie.

## **Ześwirował, bo zaczepia**

Na rynku jest wiele metod, między innymi profesora Bogdana Adamczyka, Dennisonów, Van Ripera, Lili Arutiunian, Weroniki Sherborne. Są centra i gabinety leczenia jękania, które hołdują jednej metodzie, ale są też takie, które z każdej czerpią po trochu.

W terapiach jedni na początek zalecają milczenie trzydniowe, inni każą zamilknąć na osiem dni. Jedni po zakończeniu milczenia zalecają mówić sylabami, inni wolniej i śpiewniej, jeszcze inni bardzo wolno, bez przerw i intonacji. Tak oto człowiek ma być jak cyborg, bez emocji, wydawać z siebie głos baaaaardzoobaaaardzooolnooo. Średnio kilka miesięcy, nawet do roku trzeba wytrzymać, mówiąc tak zuuuupeeefnieeeeejaaaaaknieeeeczooolnoooowieeeeeeeek. Osobom, które chcą pozbyć się jękania, nakazuje się taaaakiiiiimwoooooooinyyyyymteeeeeempeeeeeem zaczepiać ludzi na ulicy, zadawać po 50 pytań dziennie.

– Przecież to nie jest normalne – oburza się na nienaturalne spowalnianie mowy doktor Krzysztof Szamburski, psycholog i logopeda. – To katastrofa. Ludzie zaczepiani w ten sposób na ulicy uciekają, pukając się w głowę. Myślą: nie dość, że jękała, to jeszcze ześwirował.

– Na zagranicznych sympozjach ta metoda była wielokrotnie krytykowana, ale u nas wciąż uparcie się ją stosuje – mówi doktor Chęćek.

Jękający wierzą terapeutom. Nawet gdy raz każe im się przy mówieniu kręcić młynki ręką (można kręcić w kieszeni, żeby nie było widać), a innym razem wybijać rytm – trzeba się klepać ręką w udo, bo w udzie ponoć mieści się ośrodek spokoju całego ciała.

– Choć jękanie to przypadłość, z powodu której w Polsce można zostać zakwalifikowanym do grupy inwalidzkiej, to nie ma opieki, która byłaby systemowa, do tego bezpłatna – wzdycha na to wszystko Zdzisław Gładysz.

– Z opieką nad dziećmi jest marnie, ale są poradnie, dyżurują logopedzi, coś się robi. Z dorosłymi nie robi się nic – przyznaje doktor Szamburski. W ramach etatu w Specjalistycznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej TOP w Warszawie zajmuje się terapią dzieci. W wolnych chwilach razem ze znajomym społecznie wspiera dorosłych. Na jego zajęcia w ramach Klubu J przychodzi 10–20 osób.

Takich samopomocowych terapeutycznych kół jest w Polsce ledwie kilka: w Lublinie, Katowicach, we Wrocławiu, w Toruniu...

– Z bezpłatnego wsparcia korzysta może w sumie ze 300 dorosłych osób – szacuje doktor Szamburski. Reszta wybiera terapie płatne, ewentualnie można chodzić na jogę, akupunkturę (nakłuwanie krtani), w desperacji idzie się też w alkohol (odpręża i – jak wiadomo – rozwiązuje język). Niektórzy biorą leki na uspokojenie albo wykupują seanse hipnotyczne.

Na front walki z jękaniem wysłała się też cyfrowe uzbrojenie: na rynku pojawiły się korektory mowy, echodyktafony, echorepetytory, metronomy, oscylografy, rynofony, psychorelaksometry. Wszystko po to, by korygować, stymulować, mierzyć głos, wdechy, wydechy, poziom emocji (gdy się człowiek zdenerwuje – na ekranie zaraz pojawia się wykres zdenerwowania). To wszystko też kosztuje. Na ogół od tysiąca do trzech tysięcy złotych.

Link do całego artykułu: [http://www.przekroj.pl/wydarzenia\\_kraj\\_artykul,8212.html](http://www.przekroj.pl/wydarzenia_kraj_artykul,8212.html)