

TEMAT: Jak lęk wpływa na mowę?

Wspólną zasadniczą cechą zaburzeń lękowych jest nadmierny strach i lęk oraz związane z tym zmiany zachowania (emocjonalna reakcja na bodźce, trudności z budową wypowiedzi, trudności z artykulacją, zakłócona mowa (prozodia), niepłynność mowy, drżący głos, mimowolne ruchy: tiki nerwowe, wzmożone napięcie mięśniowe, suchość w jamie ustnej).

Pobudzenie układu współczulnego (SNS).

Zwiększenie aktywności w ciele migdałkowym (ośrodku strachu w mózgu)

Wzrost napięcia mięśni.

Wpływ hormonów stresu na inne hormony, co wpływa na procesy poznawcze.

Częste aktywowane reakcje na stres mogą uniemożliwić ciało całkowite wyzdrowienie (nadmierna stymulacja).

Aktywna reakcja na stres może powodować trudności w mówieniu.

Skutki nadmiernej stymulacji:

- pobudzenie i dysregulacja układu nerwowego;
- zaburzenie homeostazy;
- zmęczenie umysłu i ciała (problemy z koordynacją);
- zmiana funkcjonowania mózgu .

Lęk wpływa nie tylko na mówienie. Wpływa też na mowę, język, interakcje, komunikację z innymi. Lęk może wpływać na kształtowanie się sposobów komunikacji.

Wybrane zaburzenia lękowe:

- separacyjne zaburzenie lękowe (rozwojowo niewłaściwy i nadmierny lęk lub niepokój dotyczący oddzielenia się od osób. Może wpływać na rozwój języka dziecka*)

- społeczne zaburzenie lękowe (znacznym lęk lub niepokój związany z jedną lub kilkoma sytuacjami społecznymi i wystąpieniami publicznymi. Może dotyczyć lęku przez występowaniem publicznymi

- mutyzm selektywny (konsekwentna niemożność mówienia w określonych sytuacjach społecznych, w których oczekiwane jest posługiwanie się mową. Z reguły sprawności językowe są prawidłowe.)

Zaburzenia mowy związane z lękiem:

- jąkanie,
- rozwojowe zaburzenia języka,
- dysleksja,
- afazja.

Lęk a jąkanie:

- towarzyszyć mu może strach antycypacyjny przed trudnościami, unikanie braku płynności lub sytuacji wiążących się z zabieraniem głosu,
- negatywne nastawienie do komunikacji,
- jąkanie często występuje z zaburzeniem lęku społecznego.

Terapie:

- farmakologia,
- psychoterapia,
- oddziaływania psychospołeczne,
- terapia logopedyczna.