

Eelco de Geus

## Kartais aš truputį mikčioju

Knyga mikčiojantiems 7...12 metų vaikams

Mikčiojimas yra palietęs iki penkių procentų visų vaikų. Vokietijoje mikčioja apie 800 000 žmonių. Vokietijos Savipagalbos grupių susivienijimas yra vienintelė institucija valstybėje, kuri plačiai ir nepriklausomai informuoja ir pataria visais mikčiojimo klausimais.

Iš olandų kalbos vertė Almut Fleissner.

Dailininkė – Daniela S. Grosse Drieling.

Knygos išleidimą finansavo Vokietijos federalinė darbo ir socialinių reikalų ministerija.

### Apie autorių...

Elco de Geus gyvena Olandijoje. Jis specializuojasi mikčiojimo srityje ir dirba su mažais vaikais bei jų tėvais, mikčiojančiais paaugliais ir suaugusiais. Jis rengia seminarus apie mikčiojimo šalinimą savo šalyje ir užsienyje. Skaitytojai gali parašyti jo elektroninio pašto adresu: [eelcodegeus@wxs.nl](mailto:eelcodegeus@wxs.nl)

### Prieš pradėdant skaityti šią knygą...

Ši knyga skirta visiems mikčiojantiems vaikams. Kai tu mikčioji, burna daro ne tai, ko norėtum. Kartais tu nori kažką pasakyti, bet negali nieko išsakyti. Kartais tu kažką kalbi, o kiti žmonės patarinėja: „Nemikčiok“, „Neskubėk“ ar „Giliai įkvėpk“. Dažniausiai tai nepadeda. Tikriausiai tu pamiršti ką norėjai pasakyti. Galbūt jautiesi įžeistas ir supykęs. Šioje knygoje tu rasi daug informacijos apie mikčiojimą.

- Kodėl tu mikčioji
- Kodėl kartais tu mikčioji, o kartais – ne
- Kodėl kitiems sunku suprasti mikčiojimą
- Kodėl kartais tave dėl mikčiojimo erzina
- Kad yra daug kitų mikčiojančių vaikų
- Kad kartais mikčiojimas yra siaubingas, o kartais – ne

Keli mikčiojantys vaikai šiai knygai atsiuntė savo laiškus. Iš jų istorijų kiekvienas gali daug pasimokyti. Labai džiaugiuosi, kad jie tiek daug man padėjo. Šioje knygoje yra šis tas parašyta mamoms ir tėčiams, senelėms ir seneliams, tetoms ir dėdėms, broliams ir sesėms, o taip pat tavo mokytojams. Tai leis jiems truputį geriau suprasti mikčiojimą ir jie galės tau padėti.

Tu galėsi kai kuriuos knygos skyrius nukopijuoti ar iškirpti ir pasiųsti juos kaip laiškus. Kai žmonės perskaitys vieną iš šių laiškų, jie galbūt norės perskaityti visą knygą ir daugiau sužinoti apie mikčiojimą. Jeigu tau dar nėra devynerių metų, šią knygą skaityti pačiam dar gali būti sunkoka. Pakviesk savo mamą ar tėtį skaityti kartu su tavimi.

Aš tikiu, kad ši knyga tau patiks.

Eelco de Geus

## Turinys

Prieš pradėdant skaityti šią knygą	2
Mikčiojimas nėra pokštas	5
Kartais tu mikčioji, o kartais – ne	6
Kodėl tu mikčioji	8
Mikčioti nėra paprasta ( <i>mikčioti reikia mokėti</i> )	10
Kai tu dėl savo mikčiojimo jautiesi piktas ar nusiminęs	11
Kai tave dėl mikčiojimo erzina	13
Kai kurie žmonės to visai nesupranta	14
Mikčioti nedraudžiama!	14
Tu esi svarbus!	17
Paklauskite šių vaikų...	19
Papasakok savo istoriją	22
Kas tau gali padėti?	24
Tavo broliui ar sesei	25
Mamoms ir tėčiams	27
Mokytojoms ir mokytojams	29
Močiutėms ir seneliams	31
Tetoms ir dėdėms	33
Pasaka	35
Pabaigai	39
Kur galite kreiptis?	40

### Mikčiojimas nėra pokštas...

Niekas nemėgsta mikčioti. Kai tu mikčioji, sunku išarti kai kuriuos žodžius. Kartais atrodo, kad burna yra užrakinta, ir tu negali nieko pasakyti arba kelis kartus iš eilės pakartoji pirmąjį žodžio dalį.

Kai tu ypač stengiesi kalbėti toliau, kartais tai pasiseka, bet dažniausiai didelės pastangos tik pablogina tavo kalbėjimą. Tu jauti įtampą pilve ir, kad galėtum kalbėti toliau, tavo burna ar netgi visas veidas pradeda daryti įvairiausias grimasas.

Kiti žmonės girdi, kad tu mikčioji, bet jie nežino ką apie tai galvoti. Dažnai jie bando tau padėti, ir kartais tai pavyksta. Tačiau dažnai atsitinka ir taip, kad kalbėti tampa dar sunkiau.

Nemikčiojantiems žmonėms būna sunku suprasti mikčiojimą. Jie nori padėti, tačiau nežino ką turėtų daryti. Tai tu gali pamatyti jų veiduose - tuo metu jie atrodo sutrikę ir truptų nervinasi. Kai žmonės susinervina, tada jie kartais elgiasi ne visai protingai. Tačiau tu dėl to nesi kaltas. Taip yra todėl, kad jie per mažai žino apie mikčiojimą. Tu turėtum pasiūlyti jiems perskaityti šią knygą. Kai jie geriau supras mikčiojimą, jiems nebereikės nervintis. Tuomet tu būsi jiems padėjęs.

### Kartais tu mikčioji, o kartais – ne

Lengva suprasti, kodėl kitiems žmonėms sunku suvokti mikčiojimą. Kartais tu kalbi visai lengvai, o kitu metu, tai sekasi žymiai sunkiau. Kai tu vienas žaidi savo kambaryje ir garsiai kalbi, sekasi puikiai. Lengva kalbėti ir su mažu vaiku ar naminiu gyvūnėliu. Dainuodamas tu taip pat žodžius ištari sklandžiai. Kai kurie vaikai nemikčioja, kai jie supyksta, o kitų mikčiojimas kaip tik tada sustiprėja. Tikriausiai tu

gali pakankamai laisvai šnekučiuotis su savo mažu broliuku ar sesute, bet su vyresniais sekasi sunkiau. Kai kurie vaikai stipriai mikčioja mokykloje, o namuose – mažai. Kiti sklandžiai kalba mokykloje ir stipriai mikčioja namuose. Daugelio vaikų mikčiojimas susilpnėja ar visai išnyksta atostogų metu. Tačiau kiti vaikai kalba lengviau, kai jie kasdien eina į mokyklą, o per atostogas mikčioja daugiau. Kai vaikai yra labai pavargę arba serga, jie mikčioja dažniau, bet yra ir tokių vaikų, kurių mikčiojimas susilpnėja, kai jie yra pavargę ar serga.

Ar ar gali visa tai suvokti? Tikrai sunku suprasti kodėl mikčiojimas atsiranda, sustiprėja ir visą laiką keičiasi. Todėl daugeliui žmonių yra taip sunku tai priimti.

Kiekvienas vaikas kalba vis kitaip; vienas kalba greitai, kitas – lėtai, vieni kalba tyliai, o kiti – garsiai. Kiekvienas turi savitą kalbėjimo būdą. Todėl ir mikčioja vaikai ne vienodai, o kiekvienas savaip.

Yra taip, kaip turi būti. Argi nebūtų nuobodu, jeigu mes visi būtume vienodi?

### **Kodėl tu mikčioji?**

Visi žmonės yra skirtingi. Kažką jie sugeba daryti puikiai, o kitose srityse jiems sekasi ne taip gerai. Kai kurie vaikai bėga labai greitai, o kiti nėra tokie greiti. Kai kurie vaikai puikiai piešia arba labai gerai skaičiuoja, tačiau kitiems tai nesiseka.

Pasižiūrėkime, kas vyksta piešiant. Tuo metu, visi tavo plaštakos, riešo ir pirštų raumenys turi dirbti gerai ir visi kartu. Jei taip nėra, tada piešti, tikriausiai, nesiseka. Matyt, bendras visų šių raumenų darbas yra tavo silpna vieta. Bet tai nėra blogai. Tau tik reikia šiek tiek daugiau laiko, kad nupieštum gražų paveikslą. Jeigu tu nori tai padaryti labai greitai, tikėtina, kad paveikslas nebus labai gražus. Jei tau kažkas nelabai sekasi ir tu skubi, gali susinervinti ir viską sugadinti. Kai bijai padaryti klaidą, gali suklysti. Gerai piešiantys žmonės neturi šių problemų. Jie gali piešti labai greitai net tada, kai yra susijaudinę. Ir jie nebijo suklysti.

Taip pat yra ir su kalbėjimu. Daugeliui žmonių tai atrodo labai lengva, jie neturi jokių sunkumų. Tačiau mikčiojantiems žmonėms kalbėjimas yra silpna vieta. Gali būti sunku, kad tavo lūpų, liežuvio ir gerklės raumenys dirbtų kartu greitai ir sklandžiai. Kai tu kalbi lėtai ir jautiesi ramus, tada nėra jokių problemų, ir kalbėti sekasi puikiai. Taip būna, kai tu garsiai kalbi sau vienas, dainuoji ar kalbini savo katę ar šuniuką. Tada tu jautiesi ramus, pasitikintis savimi ir tikriausiai visai nemikčioji.

Tačiau kai tu skubi, nori kažką greitai pasakyti ar esi susinervinęs, kalbėti būna sunkiau ir tu pradedi mikčioti. Jei tu bijai mikčiojimo ir labai stengiesi NEMIKČIOTI, kalbėjimas dar labiau pablogėja. Tuomet, kad galėtum pasakyti ką nori, pradedi mirksėti arba stipriai užmerki akis, arba tavo veidas daro visokias grimasas. Vaikai, kurie labai bijo mikčioti, dažnai vengia kalbėti. Jie nekelia telefono ragelio, nepasako sakinių iki galo arba ieško kitokių žodžių, kuriuos gali ištarti lengviau. Visa tai nėra malonu. Todėl yra daug geriau tiesiog leisti sau mikčioti, nesistengiant jį sustabdyti ar paslėpti. Tada tu mažiau nerimausi, o kuo ramesnis būsi, tuo lengviau galėsi kalbėti.

## **Mikčioti nėra paprasta**

Tu prisimeni ką aš sakiau anksčiau, kad... kiekvienas mikčioja savaip. Vieni vaikai keletą kartų pakartoja žodį ar dalį žodžio, kiti visiškai užsikerta. Vienų veidas persikreipia, kitų – ne. Kai kurie vaikai mikčiojimo taip nekenčia, kad jie norėtų visai nekalbėti. Kiti į tai nekreipia jokio dėmesio ir kalba, nesvarbu kaip.

Būtų galima pasakyti, kad mikčioti reikia daug sugebėjimų.

Koks yra tavo mikčiojimas? Pasižiūrėk, kas parašyta žemiau. Prieš kiekvieną mikčiojimo požymį yra apskritimas, kurį galima nuspalvinti. (*Paprašyk, kad tėvelis ar mamytė nukopijuotų šį sąrašą ant atskiro lapo*) Tu gali nuspalvinti tuos apskritimus, kurie atitinka tavo mikčiojimo požymius.

Ar tu:

- pakartoji garsą keletą kartų
- pakartoji žodį keletą kartų
- užsikerti tardamas žodžius
- prieš kalbėdamas iškvepi orą
- mikčiodamas užmerki akis
- ilgai tęsi vieną garsą (“s-s-s-s-s-sako”)
- mikčiodamas judini galvą
- mikčiodamas judini savo kūno dalis
- nustoji kalbėti (kada jauti, kad gali mikčioti)
- lauki, kol kažkas kitas pasakys tai, ką tu norėtum pasakyti
- ieškai kitų žodžių

Ar nemanai, kad mikčioti yra tikrai sudėtinga? Tu gali pamėginti išmokyti savo mamą ar tėtį mikčioti taip, kaip tu mikčioji. Tu būsi nustebintas, kaip sunku jiems tai teisingai padaryti!

## **Kai tu dėl savo mikčiojimo jautiesi piktas ar nusiminęs...**

Kai kažkas nesiseka, žmonės praranda pusiausvyrą. Jei tu bandai kažką padaryti, ir tau vis nesiseka, gali labai stipriai susierzinti. Žmonės nuliūsta, kai jiems dažnai nesiseka .

Tu gali nekreipti dėmesio kai vieną kartą tave nubaudžia tėvai ar mokytoja. Bet jei tai vyktų kiekvieną dieną, tu tikriausiai jaustum liūdesį ir pyktį.

Suaugę dažnai atvirai neparodo, kad jie nusiminę ar supykę. Bet jeigu tu juos atidžiai stebėsi, gali tai nesunkiai pamatyti. Jie bus tylėsniai, nei paprastai, kaltins kitus arba norės pabūti vieni.

Nėra ko nerimauti, jei tu retkarčiais mikčioji. Bet jei tau sunku kalbėti labai dažnai, gali nuliūsti ir tu. Gali supyksti ant savo burnos. Supyksti ant mikčiojimo. Galbūt, kalbėti kartais būna taip beviltiškai sunku, kad tau darosi labai liūdna. Liūdna todėl, kad mikčioji. Kai žmonėms liūdna, jie verkia. Galbūt, tave mokė, kad verkti netinka, kad privalai būti didelis ir stiprus. Bet mikčiojimas kartais gali būti toks sunkus, kad tu dėl jo tikrai gali verkti. To visai nereikia gėdintis. Taip pat natūralu, jei tu pyksti ar nekenti mikčiojimo. Jei tu išreiški savo pyktį ir liūdesį verkdamas, šaukdamas ar trypdamas kojomis, pasijusi daug geriau! Galbūt, tu nenori, kad kiti žmonės žinotų apie šiuos jausmus. Tad, kodėl tau jų neišreiškus tokioje vietoje, kur niekas tavęs nemato ir negirdi?

Nesigėdink. Nekaltink savęs. Tu nesi kaltas dėl to, kad mikčioji.

Jenny yra septyni metai. Kartais ji taip nekenčia savo mikčiojimo, kad supyksta ar nuliūsta. Gimtadienio proga ji gavo dovanų lėlę, kuri judina lūpas. Jenny lėlę pavadino “Mikčiojančia lėle”. Kiekvieną kartą, kai mergaitė nusimena dėl mikčiojimo, ji papasakoja apie tai savo lėlei. Lėlė yra šalia ir tada, kai Janytei norisi verkti. Juk dviese verkti yra žymiai maloniau, nei vienai...

Charles sugalvojo ką ką kita. Jis turi daug mašinėlių. Kai tik jis supyksta ant savo mikčiojimo, žaidžia, kad mašinos atsitrenkia viena į kitą. Tada atvyksta kelių policija išsiaiškinti kas atsitiko. Policininkams Charles papasakoja kas priverė jį taip stipriai supykti.

### **Kai tave dėl mikčiojimo erzina...**

Vaikai erzina vieni kitus dėl daugelio skirtingų priežasčių. Erzinamas vaikas, kuris yra aukštesnis už kitus. Taip gali atsitikti ir tam vaikui, kuris yra labai žemas.

Tave gali erzinti, nes turi didelę nosį ar atlėpusias ausis, kad tu dažnai sergi, negali greitai bėgioti, kad tavo plaukai rausvi arba tau nesiseka matematika, kad tu keistai apsirengęs arba neturi dviračio.

Tai, kad vaikai vienas kitą truputį erzina, yra visai normalu. Tačiau, jeigu tu labai nori turėti dviratį, o kažkas pradeda iš tavęs dėl to tyčiotis, gali būti tikrai skaudu. Taip pat yra ir su mikčiojimu. Jei tu pergyveni dėl mikčiojimo, tikrai labai skaudu, jei kažkas tave dėl to erzina.

Jei tave kažkas erzina, gali nueiti pas mokytoją ar paprašyti, kad mama ir tėtis tau padėtų. Bet tu gali padaryti ir kitaip – pats pradėti erzinti kitus. Kiekvieną kartą galima rasti kažkokią išeitį.

Man asmeniškai labiausiai patiko 9 metų Marko sprendimas. Kiekvieną kartą, kai tik jį pradėdavo erzinti, jis nusišypsodavo ir atsakydavo “Galėsi pasišaipyti, kai išmoksi mikčioti geriau už mane.” Dabar kiti vaikai nebedrįsta nieko sakyti apie jo mikčiojimą.

### **Kai kurie žmonės to visai nesupranta...**

Tu žinai, kad mikčiojimas keičiasi visą laiką. Kiekvienas vaikas mikčioja vis kitaip ir jų mikčiojimas gali kasdien būti vis kitoks. Žmonėms, kurie nemikčioja, yra sunku tai suprasti. Žmonės tiesiog nori, kad niekas nesikeistų. Jie išsigąsta, kai kažkas kiekvieną kartą yra vis kitaip. Jie nežino kaip elgtis, kai kažko nesupranta.

Taigi, tavo mama ir tėtis tikriausiai nerimauja dėl tavo mikčiojimo. Jie labai norėtų, kad tau viskas būtų gerai. Tėvai ir kiti suaugusieji, o taip pat broliai ir seserys, mėgina padėti dėl to, kad jiems tavęs gaila ir dėl to, kad mikčiojimas juos gąsdina. Jie nori, kad jis liautųsi.

Norėdami padėti žmonės dažnai sako:

“pirmiausia įkvėpk oro”

“atsipalaiduok”

“pradėk iš pradžių”

“tu galėtum kalbėti geriau, jei tik labiau pasistengtum”

“kalbėk lėčiau”

“pirma pagalvok, ką nori pasakyti”

“pasakyk dar kartą”

Kartais gerai, kai žmonės tai pasako, bet dažniausiai – tokie patarimai nepadeda. Tu mėgini kalbėti kuo geriau, o jie tave verčia dar labiau pasistengti. Tai gali sustiprinti mikčiojimą. Žinoma, kiti žmonės to nežino. Todėl būtų gerai, kad tu jiems šiek tiek papasakotum apie savo mikčiojimą. Tada jie tave geriau supras. Tada jie sužinos, ką turėtų sakyti ar geriau nesakyti, daryti ar nedaryti, kai tu mikčioji. Tikriausiai tau atrodo, kad apie mikčiojimą kalbėti sunku. Tada duok jiems šią knygą! Jie turėtų ją perskaityti! Arba pakalbėk apie tai su savo mama ar tėčiu. Tikriausiai jie padės tau visa tai paaiškinti kitiems žmonėms.

Timui 11 metų. Sunkiausia jam kalbėti mokykloje. Mokytojas visiškai negalėjo suprasti kodėl taip yra. Kiekvieną kartą, kai tik Timas norėdavo kažką papasakoti, mokytojas pradėdavo nerimauti, jį sustabdydavo ir pakviesdavo atsakinėti kitą vaiką. Mokytojas galvojo, kad Timas turėtų būti jam dėkingas, kad apsaugodavo nuo mikčiojimo visos klasės akivaizdoje.

Tačiau viskas buvo priešingai. Timas neteko galimybės kalbėti klasėje. Apie tai jis papasakojo mamai, ir jiedu kartu apie mikčiojimą pasikalbėjo su mokytoju. Jie susitarė, kad nuo šiol Timas galės atsakinėti ir jo mikčiojimas nieko klasėje neerzins. Dabar Timui vėl patinka eiti į mokyklą.

### **Mikčioti nedraudžiama!**

Nėra draudžiama turėti dideles ausis, rausvus ar šviesius plaukus. Taip pat - storą nosį, brangius rūbus, naują dviratį ar mažą nosytę. Mikčioti taip pat nėra draudžiama. Jei galvoji, kad mikčioti yra labai blogai, tu iš visų jėgų stengiesi kalbėti sklandžiai, o mes jau žinome, kad įtampa sustiprina mikčiojimą. Tuo niekas nesidžiaugia. Todėl aš visada sakau: TU GALI MIKČIOTI.

Jei tu nusprendi, kad gali ramiai mikčioti, tada tau nebereikia taip smarkiai stengtis kalbėti geriau. Kai nesi toks įsitempęs, gali kalbėti truputį lengviau. Priešingai nei tu galvojai.

Lidijai 10 metų. Ji buvo labai nusiminusi dėl savo mikčiojimo, todėl nusprendė daugiau nebemikčioti. Ji taip stipriai stengėsi, kad jos kalba vis blogėjo ir blogėjo. Tada mes – Lidija, jos mama, tėtis ir aš – nusprendėme, kad mikčioti niekas neuždraudė. Su mikčiojimu mes prisigalvojome visokiausių žaidimų, ir neseniai sukūrėme tokį eilėraštką:

Tik tu nesikarščiuok,

Geriau laisvai mikčiok

Išlik visur drąsus,

Mikčiojimas nėra baisus.

Mes daug juokėmės kurdami šį eilėraštuką. Lidija tapo daug linksmesnė. Jai nebeatrodo, kad mikčioti yra taip blogai ir...tikrai dabar ji kalba daug geriau!

### **Tu esi svarbus!**

Jei tu mikčioji arba turi kitokių sunkumų, gali pradėti galvoti, kad viską darai blogai ar esi nevykėlis. Tu galvoji, kad kiti žmonės tavęs nemėgsta. Taip galvoja ne tik vaikai, bet ir daugelis suaugusių žmonių.

Ar ir tu taip manai? Tada, kai ką pamiršai. Tu pamiršai, kaip yra svarbu, kad tu gyveni, kad **tu esi tu**. Tu esi tik vienas toks visame pasaulyje, tu esi ypatingas. Tu pamiršai, kad tau puikiai sekasi daugelyje sričių, kad yra daug žmonių, kurie tave myli, mėgsta, tavimi rūpinasi.

Deja, žmonės dažnai gėdinasi parodyti, kad jie rūpinasi vieni kitais. Jei manai, kad esi niekam nereikalingas, jauti tuštumą savyje, atsimink, kad gali kai ką pakeisti. Prisimindamas, kas ESI svarbus, pasijusi stipresnis. Tai padaryti pačiam tau gal bus sunku. Todėl paprašyk mamos, tėtės ar kažko, kuo tu gali pasitikėti, kad jie padėtų tau prisiminti.

Pagalvok, kas tau labiausiai patinka daryti, ir surašyk ant atskiro lapelio:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Dabar pagalvok ir parašyk, kas tau gerai sekasi:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

O dabar pagalvok, kodėl patinki kitiems žmonėms:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Perskaityk visa tai keletą kartų. Tu gali sugalvoti ir parašyti daug daugiau. Prisimink, kad tu esi svarbus ir žmonės mėgsta tave todėl, kad tu esi tu. Tu esi reikšmingas. **NEPAMIRŠK TO!**

### **Paklauskite šių vaikų...**

Aš pažįstu daug mikčiojančių vaikų. Čia jie papasakos, ką galvoja apie mikčiojimą. Galbūt jų istorijos šiek tiek panašios į tavąją. Paskaityk, ką devynerių metų Ana parašė apie savo mikčiojimą:

“Man nepatinka mikčioti. Todėl aš apie tai rašau. Aš mikčioju visada, kai nuvykstu pas močiutę ir senelį, arba pas mano dėdes ir tetas, ir noriu kažką pasakyti. Labai stipriai mikčioju. Kai mokykloje susiginčiju su kitais vaikais, jie mane vadina “mikčiojanti burna!”. Tai nėra malonu. Aš nenoriu mikčioti. Tai Anos istorija”.

Sebastianui - 13 metų. Jis gali labai aiškiai pasakyti, ką galvoja apie mikčiojimą:

“Kaip aš mikčioju? Anksčiau buvau išmokęs mikčioti lengviau (*labiau atsipalaidavęs*), ir keletą metų puikiai sekėsi. Dabar esu vyresnis, ir mano mikčiojimas - sustiprėjo. Aš vėl pradėjau lankyti užsiėmimus, ir mano kalba palengva gerėja. Man patinka šie užsiėmimai. Tai yra puiku, nes kai kas nors nepatinka, tai ir nepadeda.

Aš noriu atsikratyti mikčiojimo. Kas sustiprina mikčiojimą? Mikčiodamas aš dažniausiai “užsikirtinėju”. Įtampa burnoje vis didėja ir aš užsikertu. Mikčiojimas nėra juokingas. Bet tada sau pasakau “mikčioti nedraudžiama, tad kodėl negaliu sau leisti truputį pamikčioti?”. Ir tai padeda.

Tik kai nepažįstami žmonės manęs ko nors paklausia, aš labai stengiuosi nemikčioti. Ir kaip tik tada mikčioju daug daugiau. Kalbėti sunku ir tada, kai noriu ką nors pasakyti labai greitai. Žmonės pradeda manęs klausinėti, ką norėjau pasakyti. Jie nori padėti, bet man tai visiškai nepatinka, nes aš pats noriu pasakyti! Anksčiau aš kalbėdavau labai greitai, bet dabar jau ne. Todėl kad supratau:

“kuo labiau skubėsi, tuo blogiau kalbėsi!”

Aš noriu padirbėti su savo mikčiojimu. Tikiu, kad kada nors vėl galėsiu kalbėti sklandžiau”.

Matijas nepatenkintas dėl “viso šito mikčiojimo”. Jam dabar 11 metų, jis lanko mokyklą. Kartu su kitu berniuku jis lanko užsiėmimus kartą per savaitę. Mes darome daug įvairių dalykų, kad išmoktume kalbėti šiek tiek sklandžiau. Tai teikia daug džiaugsmo. O jeigu tai taip malonu, tai ir kalba gerėja. O čia Matijo istorija:

“Man nepatinka mikčiojimas, bet jis negali manęs pribaugti (*sunaikinti, nugalėti*). Aš tai tikrai žinau. Kai aš garsiai skaitau klasėje, visuomet stengiuosi nemikčioti. Bet, nežiūrint to, aš mikčioju, ir todėl mikčiojimo nekančiu. Tikiu, kad dar daug visko išmoksiu ir tapsiu linksmesnis. Nežinau ką dar parašyti, bet, manau, ir to užtenka”.

O čia – Edžio istorija:

Man 13 metų. Aš mikčioju labai seniai, kokius aštuonerius metus. Sulaukęs dvylikos, pradėjau lankyti logopedinius užsiėmimus. Pradžioje dirbau su logopede moterimi, o dabar - su vyru. Nors jis kartoja, kad “mikčiojimas nėra blogas”, bet giliai manyje tūno kitokia mintis. Kai mikčioju, aš siaubingai gėdinuosi. Mikčiojimas man tikrai baisus”.



## **Papasakok savo istoriją**

Štai tu perskaitei kelias kitų vaikų istorijas. Tačiau tu, žinoma, turi ir savo istoriją. Puiki mintis parašyti savo istoriją. Gal tu esi įpykęs ant savo mikčiojimo? Tada gali parašyti piktą laišką.

O gal mikčiojimas tau neatrodo toks blogas? Gali ir apie tai parašyti. O gal nelabai žinai, ką daryti su savo mikčiojimu? Apie tai irgi parašyk! Tai tau tikrai padės!

Paprasčiausiai papasakok savo istoriją. Parašyk ją ant popieriaus lapo ir pagalvok, ką su ja norėtum padaryti. Gali ją pasidėti sau, gali duoti perskaityti mamai ar tėčiui. Tai nuspręsi tu pats. Gali šią istoriją atsiųsti mums. Tai būtų puiku! Iš mikčiojančių vaikų istorijų mes daug išmokstame. Kuo daugiau iš jūsų sužinome, tuo daugiau galime padėti kitiems mikčiojantiems vaikams.

O gal norėtum kažką pasakyti vaikams, kurių istorijos aprašytos šioje knygoje? Tada parašyk apie tai savo laiške. Mes perduosime laišką tiems vaikams. O jeigu turi daug klausimų apie mikčiojimą, surašyk ir juos. Jeigu lankaisi pas logopedą, tada gali apie viską pasikalbėti su juo. O jei nenori ar nelankai tokių užsiėmimų, tada atsiųsk savo klausimus mums. Galbūt mes žinome atsakymus į juos, ir tada tu gausi iš mūsų atsakymą. Gali klausti, ko tik nori!

Čia adresas, kur gali siųsti savo laišką: Mikčiojimo problemų klubas, p/d 2691, LT-2009 Vilnius.

## **Kas tau gali padėti?**

Kartais gali atrodyti, kad esi vienintelis mikčiojantis visame pasaulyje. Skaitydamas šią knygą, tu sužinotai, kad tai netiesa. Taip pat yra daug žmonių, kurie gali tau padėti spręsti mikčiojimo problemą.

Žinoma, tu visada gali kreiptis į savo mamą ar tėtį. Bet kartais šito nepakanka. Tada gali nueiti pas logopedą. Dauguma logopedų daug žino apie mikčiojimą ir išmokys tave kaip palengvinti kalbėjimą.

Bet svarbiausia, jie išklausys ką tu galvoji ir jauti dėl savo mikčiojimo ir visada tave supras!

Taip pat jie gali padėti tavo mamai ir tėčiui suprasti, kas tai yra mikčiojimas. Jei tau sunku mokykloje, logopedai gali pasakyti tavo mokytojui, kaip jie geriausiai galėtų tau padėti. Kai kurie logopedai specialiai mokėsi, kad apie mikčiojimą sužinotų dar daugiau. (Taigi, matai, koks sudėtingas dalykas yra mikčiojimas!). Taigi, jeigu mikčiojimas tave vargina, paprašyk tėvų, kad tave nuvestų pas logopedą.

## **Tavo broliui ar sesei**

Mielas broli, miela sese!

Aš parašiau knygą tavo mikčiojančiam broliui ar sesei. Suprantama, tu puikiai žinai, kad jis/ji mikčioja.

Tikriausiai, tu bandai padėti, kai jam sunku kalbėti. Kartais tai ką tu darai ar sakai jam padeda, bet kartais – ne. Kodėl taip yra?

Tavo brolis ar sesuo kalba laisviau, kai jis/ji yra ramus. Tikriausiai, tau tai yra pažįstama: jei turi kažką pasakyti didesnei žmonių grupei, tu susijaudini, truputį bijai ir dažnai pats nebežinai, ką turi pasakyti. Laimei, tu tada nemikčioji.

Tavo brolio ar sesers kalba greičiau sutrinka susjaudinus, jaučiant nerimą ar laiko spaudimą ir dažniausiai, jie tada pradeda mikčioti. Sukelti nerimą ar susijaudinimą gali daugelis dalykų:

- artėjantis gimtadienis
- pažymiai mokykloje
- šeimos ruošimasis atostogauti
- nerimas/ baimė, kad kažkas....(tu pats įvardinsi) nepasiseks
- prasta savijauta
- skubėjimas
- kai galvoji, kad kiti vaikai tavęs nemėgsta
- baimė suklysti

Tai mus visus gali sujaudinti, sukelti nerimą ir vidinę įtampą, tačiau ne visi ją parodo. Problema yra ta, kad įtampa visada sustiprina mikčiojimą. Kiekvienas gali tai pastebėti. Todėl tavo brolis/sesuo, nenorėdami, kad kiti pastebėtų, stengiasi kaip įmanydami nemikčioti ar jį paslėpti. Ar žinai, kas tuomet atsitinka? Tada jie įsitempia dar labiau ir ... mikčiojimas sustiprėja. Jausti nerimą, įtampą ar susijaudinimą yra visiškai normalu. Taip atsitinka mums visiems, tau ir man. Bet mes šito nemėgstame.

Mes dažnai galvojame, kad viską turime daryti tik gerai. Bet juk niekas negali VISKĄ padaryti tik gerai. Lygiai taip pat, visi žmonės nemėgsta klysti ir tampa įsitempę, kai atlieka sunkias užduotis.

Kadangi kalbėti yra lengva beveik kiekvienam, sunku patikėti, kad kai kurie vaikai kalbėdami patiria daug sunkumų. Įtampa, atsirandanti kalbant, sukelia mikčiojimą. Tu taip pat tampi įstempęs kažką darydamas, tad kodėl negalima jausti įtampos kalbant?

Jei tu priimsi mikčiojimą, tavo brolis ar sesuo nejaus kritikos ir išskirtinumo, įtampa sumažės, nes jis/ji nesisistengs paslėpti ar išvengti mikčiojimo. Tai labai palengvins kalbėjimą. Jiems labai padeda tavo supratingumas. Dėkoju už pagalbą!

### **Mamoms ir tėčiams...**

Mielos mamos, mieli tėčiai!

Aš žinau, kad Jūs darote viską ką galite, kad padėtumėte savo vaikui lengviau kalbėti. Jūs tikrai pastebite savo vaiko susirūpinimą ir diskomfortą. Jūsų vaikas stengiasi nemikčioti. Bet, kuo labiau jis stengiasi, tuo stipriau mikčioja. Todėl mikčiojimas tampa sudėtinga problema.

Tai yra lyg siūlo vėrimas į adatos skylutę: jei turi pasisekti iš pirmo karto, mūsų pirštai įsitempia, rankos pradeda drebėti, ir tada tikrai nepasiseka. Kai esame ramūs, pasitikintys savimi ir leidžiame sau suklysti, mums sekasi geriau.

Tikriausiai laikas nuo laiko jūs kažką pasakote savo vaikui apie mikčiojimą. Tai suprantama: Jūs norite padėti. Galbūt Jums nėra lengva klausytis savo vaiko kalbos ir jūs norite, kad jis nustotų mikčioti.

Kai jūs kažką sakote ar darote, norėdami padėti savo vaikui, turite atidžiai stebėti. Jeigu jūsų pagalba padeda vaikui nusiraminti, atsipalaiduoti, jūs elgiatės teisingai. Jo kalba tuo metu, taip pat taps sklandesnė.

Bet gali būti, kad Jūsų vaikas nenori, kad jam kažkas padėtų kalbėti. Tada nereikia nieko daryti. Jis ar ji gali pajusti didesnę įtampą (Galbūt tada jis bijo būti netobulas?). Prisiminkite adatą ir siūlą. Kuo labiau vaikas įsitempia, tuo sunkiau jam išstarti žodžius. Tėvai, geriau už visus kitus, žino, kada jų vaikas yra įsitempęs, o kada – atsipalaidavęs. Todėl ir prašome Jūsų pagalbos. Jūs savo vaiką puikiai pažįstate ir geriausiai galite jausti jo būseną, todėl geriausia galite jam padėti.

Svarbu žinoti, kad tėvų elgesys nėra mikčiojimo priežastis. Jūsų vaikas jau gimė su tam tikru polinkiu mikčioti. Tai reiškia, kad kalbėjimas yra jo silpnoji vieta. Mikčiojimas pasireiškia kai reikalavimai (bet kurioje gyvenimo srityje) tampa per dideli. Pats mikčiojimas nėra kenksmingas. Tačiau jeigu Jūsų vaikas galvoja, kad kitiems nepatinka jo mikčiojimas, jis stengiasi kalbėti “geriau”, išvengti mikčiojimo ar jį paslėpti. Tai sustiprina mikčiojimą ir tampa vaiko pergyvenimų priežastimi.

Taigi prisiminkite, kad ne Jūs sukėlėte mikčiojimą, tačiau jūs esate artimiausi ir geriausi vaiko pagalbininkai. Jūsų vaikas gali būti piktas, įsižeidęs ar prislėgtas, dėl savo kalbos problemų. Labiausiai vaikui reikia, kad tėvai parodytų supratimą ir leistų laisvai išreikšti pasipiktinimą ar liūdesį.

Galbūt vaikas dar nedrįsta su jumis apie tai pasikalbėti. Tačiau jam ar jai reikia pajusti taktišką jūsų leidimą tai padaryti. Kartais galima tiesiog paprastai paklausti ką jis galvoja apie mikčiojimą. Galbūt, Jūs labai pergyvenate dėl savo vaiko ateities. Pasidalinkite savo nerimu vieni su kitais ir su specialistu. Ir Jums, ir vaikui yra svarbu, kad šis susirūpinimas nedidėtų. Nedelsdami ieškokite kompetentingos pagalbos.

Kiekvieno vaiko mikčiojimas pasireiškia taip skirtingai, kad aš galiu pateikti tik bendrus patarimus. Gali būti, kad Jūsų vaikas tampa įsitempęs labai retai ar niekada to neįsijaučia ir Jums buvo mažai naudinga tai ką aš čia pasakojau. Tačiau, jeigu Jūs jaučiate susirūpinimą ar nerimą, ieškokite pagalbos, į kuri Jums ir Jūsų vaikui yra reikalinga.

### **Mokytojoms ir mokytojams...**

Miela mokytoja, mielas mokytojaus,

Prašau tai perskaityti todėl, kad jūsų klasėje yra mikčiojantis vaikas. Kiekvieno vaiko mikčiojimas yra skirtingas ir jis gali keistis kiekvienu momentu. Todėl yra taip sunku spręsti šią problemą. Gali būti, kad Jums ir kitiems mokiniams mikčiojimas nesukelia jokių sunkumų. Bet gali būti, kad kiti vaikai kreipia dėmesį (reaguoja) į mikčiojimą, o Jūs pati nesate tikra kaip geriausiai spręsti šią problemą. Mokytojams dažnai kyla daug klausimų:

☞ ar aš galiu kažkaip padėti?

- ☞ ar kviesti vaiką garsiai skaityti?
- ☞ ar reikia su vaiku pakalbėti apie jo mikčiojimą?
- ☞ ar aptarti šią problemą su visa klase?
- ☞ ar man žiūrėti į mikčiojantį vaiką, ar geriau žiūrėti į šalį?

Šie klausimai visiškai suprantami. Atsakymai į juos skiriasi, priklausomai nuo kiekvieno mikčiojančio vaiko. Jūs galite pradėti klausimu ar vaikas lanko logopedinius užsiėmimus. Jei taip, susitikite su šiuo specialistu ir sužinokite ką Jūs galite ar turite daryti. Dažnai įmanoma atrasti gerą būdą, kaip efektyviai padėti mikčiojančiam vaikui mokykloje.

Dauguma vaikų nenori būti išskiriami iš kitų. Todėl įsitikinkite ar mikčiojantis vaikas neturi specialių privilegijų, ar nėra išskiriamas iš klasės veiklos. Jei mikčiojimas yra labai sunkus, patartina, pakviesti vaiką atvirai apie tai pasikalbėti. Kai kurie vaikai tai vertina ir po to jaučia didelį palengvėjimą. Kiti vaikai atsisakys kalbėti apie savo problemą. Svarbu gerbti vaiko pasirinkimą ir jo neversti.

Vaikui mikčiojimas yra dar nemalonesnis, negu Jums. Todėl tokiems vaikams reikalingas emocinis palaikymas. Jūs padėsite vaikui priimdami jį tokį, koks jis yra, rodydami jam kiek galima daugiau supratimo, šilumos ir paramos. Vaikas tai neabejotinai pajus ir jausis saugesnis.

Nuoširdžiai dėkojame už Jūsų pagalbą!

### **Močiutėms ir seneliams...**

Brangi močiute, gerbiamas seneli,

Jūsų anūkui reikia Jūsų supratimo ir paramos, nes jis turi didelę problemą. Jam sunku kalbėti, o kartais jis stipriai mikčioja. Tikriausiai Jums, kaip ir daugeliui kitų žmonių, mikčiojimą sunku suprasti. Vieną dieną vaikas kalba pakankamai sklandžiai, o kitą – mikčioja labai daug. Negalvokite, kad taip yra tik Jūsų anūkui. Mikčiojimas keičiasi veikiant išorinėms aplinkybėms, ir jūsų anūkui gali neužtekti jėgų nuolat kontroliuoti savo kalbėjimą.

Anūko apsilankymas Jūsų namuose, gali būti susijęs su malonių susijaudinimu, kuris, kaip ir bet koks kitas susijaudinimas gali sustiprinti mikčiojimą. Todėl visiškai įmanoma, kad, būdamas su Jumis, anūkas daug mikčioja. Mes prašome Jūsų tai suprasti ir savo paramą išreikšti, nedarant jokių pastabų apie jo kalbėjimą. Jei taip darote, vaikas jaučia spaudimą “kalbėti geriau”. Tada jis labiau įsitempia ir mikčiojimas sustiprėja.

Vaikui gali būti sunku pakartoti tai, ką jis neseniai pasakė, kai kiti jo nesupranta. Mikčiojimas gali trukdyti suprasti vaiko kalbą, ypač, jeigu Jūs negalite girdėti taip gerai, kaip jis yra įpratęs. Daugelį mikčiojančių vaikų labai trikdo to paties žodžio kartojimas keletą kartų. Tai nereiškia, kad Jūs negalite vaiko paprašyti kažką Jums pakartoti. (Jums reikalingas tikras bendravimas). Tačiau Jūs galite palengvinti šią situaciją, atkreipdami dėmesį į keletą smulkmenų. Pavyzdžiui, pasistenkite, kad kambaryje būtų pakankamai šviesu, kad jūs galėtumėte gerai matyti vienas kitą, ar atsisėskite šalia vaiko, kad būtų lengviau girdėti, ką jis kalba. Kai kalbatės, išjunkite televizorių, radiją ar dulkių siurbį. Šios smulkmenos reikšmingos Jūsų bendravimui.

Viskas sekasi daug geriau, kai mes esame atsipalaidavę. Tai, žinoma, tinka ir Jūsų anūko kalbai. Mes atsipalaiduojame, kai kur nors jaučiamės saugūs ir ramūs. Jūs galite pagalvoti kas padeda anūkui taip jaustis, kai jis būna kartu su Jumis. Pavyzdžiui, stiprus apkabinimas, mėgstami žaidimai ar trumpi pasivaikščiojimai. Jūsų anūko vardu, aš noriu padėkoti už Jūsų paramą!

## **Tetoms ir dėdėms**

Mieli dėdės, mielos tetos!

Jūsų sūnėnas ar dukterėčia mikčioja. Tikriausiai jau ne kartą stebėjotės, kad mikčiojimas taip keičiasi, kartais stiprus, o kartais vos pastebimas. Galbūt pastebėjote, kad Jūsų patarimai vaikui, nepadedą pagerinti kalbėjimą. Tai mikčiojimo problemos dalis. Mes norime Jūsų paprašyti, tiesiog priimti tai, kas vyksta. Jūsų sūnėnas / dukterėčia tiksliai nesupranta kodėl mikčiojimas sustiprėja ar susilpnėja, ir dar nežino kaip pakeisti savo kalbėjimą. Mes žinome, kad mikčiojantiems vaikams labai svarbi emocinė parama. Nuoširdumas ir supratimas padeda labiau, nei kritika ar “gera linkinčios” pastabos. Taip pat svarbu skirti pokalbiui pakankamai laiko. Tada vaikas jausis geriau ir kalbės su mažesne įtampa.

Puiku, pasitaikius tinkamai progai, atvirai pasikalbėti apie mikčiojimą. Jei apie tai niekada nekalbama, vaikui gali susidaryti įspūdis, kad mikčiojimas yra toks baisus, jog apie jį negalima šnekėti. Jei ši tema yra tabu, vaikas gali nuspręsti, kad mikčioti yra labai blogai. Tokios mintys sukelia didelę įtampą ir sustiprina mikčiojimą. Jūs galite savo sūnėnui/dukterėčiai padėti, palaikydami ramią aplinką, skirdami pokalbiui pakankamai laiko, pasirinkdami vietą, kur niekas Jūsų netrukdo, pokalbio metu, palaikydami kontaktą akimis. Žinoma, tai nėra įmanoma kiekvieną kartą, kai tik Jūs susitinkate, tačiau tokia pagalba yra labai naudinga.

Mikčiojančiam vaikui svarbu žinoti, kad Jūs domitės mikčiojimo problema ir norite apie tai daugiau sužinoti. Tada jis nebesijaus toks vienišas. Ačiū už Jūsų norą padėti.

## **Kur galite kreiptis?**

Pagalbą ir paramą mikčiojantiems vaikams ir jų tėveliams galite rasti

Mikčiojimo problemų klube,

Rasų 20, LT-2014 Vilnius.

Čia rasite informaciją apie Lietuvos logopedus, dirbančius su mikčiojančiais vaikais, vaikų psichologus, logopedinius darželius. Čia galėsite rasti knygų ir informacinės medžiagos mikčiojantiems vaikams, jų tėvams, paaugliams, suaugusiems mikčiojantiems, logopedams, mokytojams, pediatrams.

## **Pabaigai**

Jei mikčioji, tau gali būti labai sunku. Todėl svarbu žinoti, kad tu nesi vienas. Yra daug žmonių, kurie tave supranta ir nori padėti. Taip pat svarbu nepamiršti, kad tu nesi kaltas dėl savo mikčiojimo!

Mamytei, tėveliui ir kitiems tave supantiems žmonėms yra svarbu daug žinoti apie mikčiojimą. Kuo daugiau jie žinos, tuo geriau supras ir galės suteikti daugiau pagalbos. Tada tu tikrai pajusi, kaip gera, kad tu esi tu – nebesvarbu, mikčioji ar ne.

## Pasaka

Labai labai seniai, svetimoje šalyje, labai toli nuo čia, gyveno berniukas, vardu Timo. Jis gyveno dideliame ištaingame name, o aplinkui augo puikus parkas. Timo tėvai buvo labai turtingi ir didžiai gerbiami. Niekas nenujautė, ir Timo taip pat, kad jo tėvas buvo piktas burtininkas, o mama – bjauri ragana. Ir niekas nežinojo, kad jie buvo netikri berniuko tėvai... Timo jie pagrobė, kai jis dar buvo mažas, kad visi galvotų, jog jie yra puiki šeima.

Jie buvo ypatingai griežti ir iš vargšo Timo reikalavo visiškos švaros, disciplinos ir nepriekaištingo elgesio. Todėl jis visada turėjo rengtis savo geriausiais rūbais, šukuotis plaukus, gražiai kalbėti ir su kiekvienu būti labai mandagus. Jis turėjo puikų dviratį, tačiau negalėjo juo važinėti, nes galėjo susitepti. Kai žmonės ateidavo į svečius, "tėvai" išdidžiai rodydavo jo didelį šviesų kambarį, prikrautą gražiausių žaislų. Kai svečiai atsisveikindavo ir išeidavo, Timo, žinoma, nebeleisdavo žaisti su savo žaislais, nes jis galėjo ką nors sulaužyti.

Timo nebuvo leidžiama pasikviesti kitus vaikus namo, nes jie galėjo sutepti ar subraižyti baldus. O apie žaidimą parke negalėjo net svajoti! Juk ten buvo galima sulamdyti puikų aksominį švarką! Todėl Timo visai neturėjo draugų, ir kiti vaikai iš jo šaipėsi. Bet griežčiausias dalykas, ko iš jo reikalavo "mama" ir ką besąlygiškai reikėdavo vykdyti, atėjus svečiams, tai tylėti! Jam buvo visiškai uždrausta kalbėti, nes Timo mikčiojo. "Tėvai" nenorėjo, kad kiti žmonės pastebėtų, kad su jų vaikas nėra tobulas. Timo buvo labai nelaimingas. Jis galvojo, kad viską daro negerai ir kad niekas jo nemyli. Kartais jis supykdamas, o kartais būdamas toks liūdnas ir vienišas, kad gulėdavo savo lovoje ir verkdamas. Jis labai stengėsi viską daryti gerai taip, kaip norėjo jo tėvas ir motina, tačiau jautėsi vis labiau nelaimingas.

Vieną dieną atsitiko taip, kad prie parko vartų Timo užkalbino mažytis, kuprotas žmogelis. Jis papasakojo berniukui tai, ką mes jau žinome, kad Timo pagrobė burtininkai. Taip pat jis papasakojo Timo, kad tikrieji tėvai jo ieškojo tol, iki prarado bet kokią viltį surasti savo mylimą sūnų ir sugrįžo namo. Žmogeliukas berniukui dar pasakė: "Jeigu tu turi drąsos iškelti į ilgą kelionę, tai surasi savo tikrą tėvą ir tikrą motiną. Jie niekada nenustos tavo mylėję ir iš visos širdies ilgisi tavęs!".

Timo nereikėjo ilgai svarstyti. Jam nusibodo būti vienišam ir nelaimingam. Jis atsinešė savo lagaminą, sukrovė į jį savo gražius drabužėlius ir leidosi į kelionę. Tai bus baisiai ilga kelionė! Jam reikėjo perbristi pavojingas pelkes, perkopti aukštus kalnus ir pereiti tamsius miškus. Jis ėjo ir ėjo, vis toliau ir toliau. Atrodė, lyg kas jį vestų: kaskart, kai išalkdavo, jis tuoj atrasdavo ką nors valgomo.

Vieną dieną jis atėjo į kaimą, kuris kažkaip pasirodė lyg ir pažįstamas. Jo širdis pradėjo plakti smarkiau, ir jis paklausė pirmo sutikto žmogaus, ar jis nežinąs, kur gyvena jo tėvas ir motina. Jam atsakęs jaunas žmogus mikčiojo, o kai Timo ėjo toliau, girdėjo kad ir kiti kaimo gyventojai mikčioja. Neužilgo jis priėjo nedidelį tačiau gražų namelį ir pabeldė į duris. Ir koks buvo nustebimas! Jo tėvas ir mama buvo labai laimingi, kad atsirado sūnus, ir vakare jo garbei suruošė didelę šventę. Ten buvo spurgų ir cukrinių, kepsnių ant iešmo ir visokių kitokių gerų dalykų, kad beliko tik džiaugtis, ir visi buvo labai linksmi. Ir kai po šventės Timo nuėjo miegoti, jis jautėsi labai laimingas. Kitą rytą berniukas apsirengė savo gražiais rūbais ir visą dieną buvo su visais labai mandagus. Jis tyliai sėdėjo kampe ir nieko

nelietė, nes buvo taip išmokytas. Jo tėvas ir motina buvo labai nustebę, todėl vakare paklausė: “Timo, kodėl tutaip pasipuošęs ir sėdi kampe? Kodėl neini į laiką žaisti? Ir kodėl su niekuo nekalbi?”

Tada Timo papasakojo apie savo gyvenimą dideliuose namuose, apie tai, kas jam buvo leidžiama ir kas ne. Tada jo tėvas ir motina pasakė:”nuo šiol gali daryti viską, ką nori. Gali žaisti ir sutepti savo rūbelius. Gali su visais kalbėti. Tau nereikia visada būti šauniam ir geram. Ir tau daugiau nebereikia stengtis labai taisyklingai kalbėti, nes čia kiekvienas gali mikčioti, kiek jam patinka”. Nuo šių žodžių Timo net pašoko iš džiaugsmo. Jis išlėkė laukan, žaidė ir plepėjo kaip niekad anksčiau. O vakare vėl buvo suruošta didelė šventė, nes tik dabar Timo tikrai sugrįžo namo!

Kas nutiko Timo toliau? Jis gyveno ilgai ilgai, ir ... laimingai!