

# FAKTAI IR MITAI APIE MIKČIOJIMĄ

**Mitas:** Žmonės, kurie mikčioja, nėra protingi.

**Tikrovė:** Nėra nustatytų ryšių tarp mikčiojimo ir intelekto.

**Mitas:** Mikčiojimą sukelia nervingumas.

**Tikrovė:** Nervingumas nėra mikčiojimo priežastis. Neturėtume manyti, kad mikčiojantys žmonės turi polinkį būti nervingi, baugštūs, nerimastingi ar linkę gédintis. Jiems būdingos tokios pačios asmenybės savybės, kaip ir sklandžiai kalbantiems.

**Mitas:** Mikčioti galima „išmokti“ mėgdžiojant ar girdint kitų mikčiojančių kalbėjimą.

**Tikrovė:** „Išmokti“ mikčioti neįmanoma. Iki šiol nėra žinoma tikroji mikčiojimo priežastis, tačiau mokslinių tyrimų duomenys rodo, kad šeimos genetika, nervų ir raumenų formavimasis, vaiko aplinka ir šeimos dinamika yra susiję su mikčiojimo atsiradimu.

**Mitas:** Mikčiojantiems padeda patarimai „prieš kalbėdamas giliai įkvėpk“ arba pirmiausia apgalvok, ką nori pasakyti“.

**Tikrovė:** Šie patarimai dažniausiai tik atkreipia žmogaus dėmesį į užsikirtimus ir sustiprina mikčiojimą. Daug labiau jiems gali padėti kantrus klausymasis ir lėtas, aiškus pašnekovo kalbėjimas.

**Mitas:** Mikčiojimo priežastis yra stresas“.

**Tikrovė:** Kaip buvo minėta, mikčiojimą sukelia daugelis sudėtingų veiksnių. Stresas nėra mikčiojimo priežastis, tačiau jis gali sustiprinti užsikirtimus.