

Rodzic, który dba o rozwój mowy swojego dziecka powinien:

- Systematycznie stwarzać dziecku okazję do wspólnych zabaw: oddechowych, artykulacyjnych, dźwiękonaśladowczych. Zabawy te dostarczają maluchom wiele radości, a mają ogromne znaczenie dla rozwoju ich mowy.
- Wykorzystywać każdą okazję do powtarzania sylab lub głosek np: *zabawa w pociąg*.
- Zwracać dziecku uwagę na zamykanie ust. Jest to doskonale ćwiczenie artykulacyjne wywołujące pionizowanie się języka.
- Wyrabianie właściwego sposobu oddychania (tzn. przez nos) podczas zabaw, zajęć, spacerów i ćwiczeń gimnastycznych.
- Kształtowanie właściwego sposobu gryzienia, żucia i połykania pokarmów. Właściwe nawyki karmienia na pewno poprawią stronę artykulacyjną mowy dzieci.
- **Dom rodzinny** to najlepsze miejsce dla kształtowania rozwoju mowy dziecka. Wykorzystując umiejętnie sytuacje dnia codziennego, możemy w znaczącym stopniu pomóc swoim dzieciom.

Kiedy należy udać się z dzieckiem do logopedy?

Gdy:

- podczas artykulacji głosek *s, z, c, dz, sz, ź, cz, dź, t, d, n* dziecko wsuwa język między zęby lub ociera nim o wargę. W każdym wieku jest to wada, z której się nie wyrasta. Im dłużej zwlekamy, tym bardziej wada się utrwała.
- dziecko nawykowo mówi przez nos.
- dostrzegamy zmiany anatomiczne w budowie narządów mowy dziecka.
- mamy wątpliwość, czy dziecko dobrze słyszy.
- dziecko zniekształca głoski, zastępuje je innymi, nieznanymi w języku polskim, np. gardłowo wymawia *r*.
- nasila się problem rozwojowej niepełności mówienia (zacinanie, powtarzanie sylab).
- po ukończeniu 4 roku życia dziecko:
 - wymawia głoski *s, z, c, dz* jak *ś, ź, ć, dź*;
 - zamienia głoski dźwięczne na bezdźwięczne, np. *d* na *t* (*dom=tom*);
w na *f* (*woda=fota*), *g* na *k* (*gęś=kęś*), *b* na *p* (*buda=puta*);
 - myli głoski o podobnym brzmieniu np. *s – c* (*sala=cala*), *sz – cz* (*szyje=czyje*).
- po ukończeniu 6 roku życia dziecko:
 - wymawia głoski *sz, ź, cz, dź* jak *ś, ź, ć, dź*, lub *s, z, c, dz*;
 - nie wymawia głoski *r*.

Niektóre przyczyny występowania wad wymowy u dzieci

- Zbyt długie karmienie butelką.
- Zbyt długie ssanie smoczka.
- Ssanie kciuka.
- Przerośnięty trzeci migdał .
- Infantylny sposób połykania – wsuwanie czubka języka między zęby.
- Wada zgryzu.
- Zbyt krótkie wędzidełko podjęzykowe lub wędzidełka wargowe.
- Wczesna próchnica zębów mlecznych.
- Rozszczep podniebienia lub /i warg.
- Nieprawidłowe oddychanie.
- Niedosłuch.
- Dostarczanie nieprawidłowych wzorców wymowy (spieszczony mówienie do dziecka).
- Niska sprawność ruchowa warg i języka.
- Zaburzenia emocjonalne.

Jak uniknąć problemów z mową dziecka?

- Karmienie piersią stanowi naturalny sposób usprawniania mięśni warg, policzków i języka.
- Półroczne dziecko można zacząć przyzwyczajać do picia z kubka „niekapka”.
- Zbyt długie ssanie smoczka może być przyczyną wady zgryzu.
- Zwracamy uwagę, by dziecko podczas snu miało zamknięte usta, nawykowe otwieranie ust doprowadza do częstych nieżytych górnych dróg oddechowych, wad zgryzu lub dysfunkcji języka.
- Dużo czytamy dziecku, rozmawiamy z nim, odpowiadamy na jego pytania, wypowiadając wyraźnie głoski, zwracając twarz w kierunku małego rozmówcy.
- Nie „spieszczamy” mowy.
- Zachęcamy dziecko do używania wyrazów dźwiękonaśladowczych.
- Uczymy dziecko wierszyków, rymowanek, piosenek.

Dla rodziców dziecka jękającego się

- W wielu przypadkach u dzieci w wieku przedszkolnym pojawia się tzw. „jękanie fizjologiczne”. Dziecko chcąc szybko coś przekazać, nie nadąża tego wyartykułować. Wówczas należy cierpliwie przedszkolaka wysłuchać, absolutnie nie nazywać tego przy dziecku „jękaniem”, ani też nie okazywać własnych emocji. Przy takim zachowaniu rodziców, w większości przypadków wszystko mija samoistnie.

Gdy u przedszkolaka zacinanie się nie mija:

- „Jękanie rodzi się w uszach rodziców, a nie w ustach dziecka”.
- Nie mówmy do dziecka „*Nie jękać się*”. Gdyby mogło, nie jękałoby się, ale przecież nie wie, jak to zrobić.
- Nie kierujmy ciągle uwagi na jego sposób mówienia.
- Wiele dzieci, szczególnie w młodszym wieku szkolnym, nie przejmują się zbyt swoją mową i zdumione jest niepokojem okazywanym przez rodziców lub nauczyciela.
- **Cierpliwie słuchajmy, bez okazywania emocji**, gdy dziecko się jąka.
- Nie mówmy za dziecko i nie odpowiadamy za nie na pytania.
- Jeśli dziecko mówi chaotycznie i szybko, możemy mu powiedzieć „*Uspokój się, mamy przecież dużo czasu*”.
- Jeśli dziecko ma dobry okres (to znaczy mówi płynnie), nakłaniajmy go do mówienia jak najwięcej.
- Jeśli dziecko ma zły okres, zajmijmy je czynnościami manualnymi lub śpiewem, aby mówiło jak najmniej.
- Wzbudźmy w dziecku poczucie, że pod jakimś względem jest lepsze od innych.
- Reagujmy na to, co dziecko mówi, a nie jak mówi.
- Około 70% to nieumiejętne postępowanie z dzieckiem. Karcenie go lub poprawianie mowy powoduje utrwalanie patologicznych nawyków. W ten sposób jękanie fizjologiczne **utrwała się**.
- Często jękanie towarzyszy encefalopatii lub epilepsji.
- Bywa, że jękanie jest następstwem przeżytego szoku, wielkiego strachu,
- Jękanie nie jest dziedziczne, ale dziedziczy się chwiejność układu nerwowego.
- Niektórzy specjaliści uważają, że jękanie jest objawem nerwicy.
- Poważne przeszkody dla jękającego stwarza środowisko (np. hałas w szkole, przeczuleni na sprawę jękania rodzice, atmosfera nieustannego pośpiechu, nerwowe sytuacje, kłótnie w domu, itp.).
- Należy przestrzegać, aby dziecko prowadziło regularny tryb życia.
- Do najpopularniejszych metod pośredniego oddziaływania na osoby jękające się należą: psychoterapia, farmakoterapia, ziołolecznictwo, terapia zabawą, terapia ruchowa, logorytmika, itp.
- Każde dziecko oczekuje akceptacji, ciepła i miłości. Jeśli do tego jest nadmiernie wrażliwe, to nie zniesie zbyt dużej dawki krytycyzmu i będzie się obawiało, że straci miłość rodziców, a to może pociągać za sobą jękanie.
- Jeden z jękających napisał o sobie: „*Nie mam pretensji do rodziców o to, że się jękam, ale o to, że dopuścili do uformowania się głęboko w mojej psychice poczucia wady. Gdy raz poczucie lęku przed mówieniem i poczucie mniejszej wartości zakorzeni się w podświadomości, staje się ono czynnikiem niszczącym osobowość w stopniu większym niż samo jękanie*”.
- Rodzicom polecam do przeczytania: Rene Byrne, *Pomówmy o zacinianiu*.

Przyczyny jąkania.

Mimo wielu badań nie udało się jednoznacznie ustalić przyczyn jąkania. Wiadomo jednak, że może być ono wynikiem działania nie jednego, lecz wielu czynników takich, jak:

- uwarunkowania genetyczne;
- opóźniony rozwój mowy;
- zaburzenia emocjonalne (lęk, frustracja);
- stresujące sytuacje (np. wypadek, śmierć lub choroba);
- zbyt duża koncentracja rodziców na niepełności mowy dziecka, nakłanianie do płynnego mówienia;
- błędne wzorce mowy (naśladownictwo);
- przestawianie dziecka z lewej ręki na prawą (w przypadku leworęczności).

Głosy specjalistów wskazują na ogromną rolę napięć nerwowych w powstawaniu jąkania. Kłopoty w rodzinie (np. rozwód rodziców), nerwowa atmosfera, wieczny pośpiech, zbyt duża surowość i nadmierne wymagania względem dziecka, dokuczanie mu, przedrzeźnianie, ośmieszanie go — to wszystko stwarza podatny grunt dla nerwicy mowy.

W jaki sposób rodzice mogą pomóc dziecku z niepełnością mowy?

- Nie zwracajcie zbyt dużej uwagi na to, że dziecko wysławia się niepełnie. Nie wolno poprawiać dziecka, ani go strofować czy też karać.
- Starajcie się nie mówić o jąkaniu przy dziecku. Nie reagujcie zniecierpliwieniem, złością, politowaniem na jego potknięcia, nie przerywajcie wypowiedzi, nachalnie nie kończcie za dziecko, ale gdy trzeba – dopomóżcie dokończyć wypowiedź.
- Nie zmuszajcie go do rozmowy ani prezentowania swoich umiejętności na forum „publicznym” (w większym gronie rodziny, znajomych lub rówieśników).
- Nie przesadzajcie z nadmiernym ochranianiem dziecka. Dajcie mu szansę samodzielnego działania, umożliwianie mu doświadczenia i rozwiązywanie problemów.
- Obdarzcie dziecko zaufaniem, a na dowód tego powierzajcie mu odpowiednie i odpowiedzialne funkcje niewymagające za dużo mówienia, dzięki temu przywracacie dziecku wiarę w siebie.
- **Akceptujcie dziecko takim, jakie jest. Cieszcijcie się z jego sukcesów, nawet tych najdrobniejszych.**
- W okresach wzmożonej niepełności nie zmuszajcie dziecka do wypowiadania się, pozwólcie mu milczeć, a rozmawiajcie z nim w domu szeptem lub śpiewając.
- Śpiewajcie razem jak najczęściej. Nieważne, czy dziecko robi to pięknie. Niech śpiewa tak, jak potrafi, a także to, co lubi i kiedy chce.
- W okresach poprawy zachęcajcie je do rozmowy z Wami o wszystkich jego problemach oraz radościach.
- Starajcie się izolować dziecko od napięć i konfliktów domowych.
- Pamiętajcie o zachowaniu stałego rytmu dnia dziecka. Wyeliminujcie, w miarę możliwości, pośpiech i nieoczekiwane zmiany planów. Zapewni to poczucie bezpieczeństwa Waszemu dziecku oraz usunie dodatkowe stresy wywołane nową, zaskakującą dla niego sytuacją.
- Zapewnijcie dziecku odpowiednią ilość snu i wypoczynku.
- Umożliwianie dziecku spędzanie jak największej ilości czasu na świeżym powietrzu oraz uprawianie ulubionych sportów. Dzięki aktywnemu wypoczynkowi dziecko rozładowuje

wewnętrzne napięcia.

- Młodsze dzieci i bardzo wrażliwe powinno chronić się przed filmami, bajkami i opowiadaniem powodującymi napięcie, kreskówkami o zbyt szybkiej akcji (mogą niepotrzebnie pobudzić dziecko), nieodpowiednimi grami komputerowymi.
- Bez kontroli i zaleceń lekarskich i psychologicznych nie wolno przestawiać dzieci leworęcznych na praworęczność.
- Starajcie się mówić do malucha powoli i wyraźnie, gdyż dziecko naśladuje Wasz sposób mówienia.
- Przede wszystkim - poświęcajcie swojemu dziecku jak najwięcej czasu, bawcie się z nim i rozmawiajcie, dawajcie mu ciepło i poczucie bezpieczeństwa!

Literatura:

Błachnio K., *Vademecum logopedyczne.*

Byrne R., *Pomówmy o zacinianiu.*

Chęć M., *Jąkanie. Diagnostyka – Terapia – Program.*

Demel G., *Elementy logopedii.*

Demel G., *Wady wymowy.*

Jastrzębowska G., *Podstawy logopedii.*

Kaczmarek L., *Nasze dziecko uczy się mowy.*

Kaja B., *Zarys terapii dziecka.*

Kozłowska K., *Logopedia bliżej dziecka.*

Kozłowska K., *Wady wymowy można usunąć.*

Lichota E. J., *Terapia wad wymowy.*

Nowak J. E., *Wybrane problemy logopedyczne.*

Rodak H., Nawrocka D., *Od obrazka do słowa. Poradnik dla pedagogów, logopedów i rodziców dzieci z trudnościami w porozumiewaniu się.*

Rodak H., *Terapia dziecka z wadą wymowy.*

Rodak H., *Uczymy się poprawnie mówić.*

Rocławska B., *Słuch fonemowy i fonetyczny.*

Skorek E.M., *Oblicza wad wymowy.*

Styczek I., *Badanie i kształtowanie słuchu fonematycznego.*

Styczek I., *Logopedia.*

Tarkowski Z., *Jąkanie.*

Tarkowski Z., *Kwestionariusz niepełności mówienia i logofobii (diagnostyka i terapia jąkania).*

Tarkowski Z., *Psychosomatyka jąkania.*

Tarkowski Z., *Zmiana postaw wobec jąkania.*

Opracowała Małgorzata Grzela
nauczyciel kształcenia zintegrowanego
logopeda korekcyjny

