

Niepłynność mówienia u dzieci

Komunikowanie się z innymi ludźmi jest jedną z najważniejszych potrzeb psychicznych każdego człowieka, warunkuje właściwe funkcjonowanie w społeczeństwie. Mowa odgrywa szczególnie ważną rolę w prawidłowym rozwoju dziecka. Problemy z płynnością mówienia jest dla dziecka ogromną przeszkodą w prawidłowym funkcjonowaniu, zarówno w rodzinie, jak i w grupie rówieśniczej, w przedszkolu lub w szkole.

Utrudniają mu właściwe wykonywanie zadań w sytuacjach wymagających mówienia, czasem są powodem powstawania stresu i leku przed mówieniem tzw. logofobii.

Warto obserwować dziecko i pomyśleć jako rodzic:

1. Jak szybko mówisz Ty i osoby otaczające dziecko?
2. Czy wszyscy mówią po kolei nie przeszkadzając sobie nawzajem?
3. Czy zrozumiała jest mowa otoczenia?
4. Czy przerywa się dziecku gdy mówi?
5. Czy osoby otaczające dziecko słuchają je z uwagą i zainteresowaniem?
6. Czy środowisko akceptuje mowę dziecka?
7. Czy osoby otaczające dziecko potrafią stworzyć atmosferę życzliwości i przyjaznej zabawy w kontakcie z nim?
8. Inne spostrzeżenia i komentarz.

Wskazówki dla rodziców i otoczenia dziecka.

1. Zwracaj uwagę na własną mowę i mowę osób otaczających dziecko.
2. Nie mów dziecku jak ma mówić – pokaż mu to.
3. Mów tak jak chciałbyś, aby mówiło Twoje dziecko.
4. Zredukuj szybkość i natarczywość swojego mówienia.
5. Używaj prostych słów i tak buduj zdanie, aby dziecko Cię zrozumiało.
6. Słuchaj swojego dziecka z uwagą. Zwracaj uwagę na to co mówi, a nie jak mówi.
7. Nie krytykuj dziecka, zwróć uwagę na inne rzeczy, które wykonuje bardzo dobrze.
8. Odwracaj uwagę od nieprawidłowości w mówieniu.
9. Nie nakłaniaj go do mówienia przy obcych.
10. Nie ucz go skomplikowanych słów, których nie będzie rozumiało, bądź nie wypowie poprawnie.

11. Myśl o dziecku jako o indywidualności w rozwoju, o jego zdolnościach, a także słabościach.

12. Zachęcaj i chwal dziecko, to pomoże mu w pokonywaniu trudności w mówieniu.

Jeżeli dziecko ma kłopot z wypowiedzeniem jednego słowa, to możesz zrobić krótką przerwę i spokojnie wypowiedzieć zająknięte słowo, aby dziecko mogło kontynuować mówienie.

Upewnij dziecko, że każdy ma czasem trudności z wypowiedzeniem jakiegoś słowa oraz skieruj jego uwagę na to, co wychodzi mu dobrze.

Sposoby, które możesz pokazać dziecku, aby nauczyło się mówić bardziej płynnie.

1. Zatrzymaj się na jedną sekundę przed udzieleniem odpowiedzi dziecku, gdyż takie pauzy pomogą Ci nie przerywać mówienia dziecka lub kończenia za niego wypowiedzi.
2. Zwolnij tempo własnej mowy. To pomoże dziecku nadążyć za Tobą i zredukuje pośpiech, poczucie, że je poganiaasz, aby zaczęło mówić.
3. Używaj znanych słów, krótszych i prostszych zdań, szczególnie wtedy kiedy dziecko zaczyna się jąkać. W ten sposób Twoja mowa zachęci dziecko do naśladowania Cię.
4. Rób przerwy zwłaszcza wtedy, kiedy dziecko jest zmęczone. Pomoże mu to w podjęciu następnej próby mówienia, ułożenia narządów artykulacyjnych, czasu na oddech oraz zdobycie pewności siebie.
5. Mów o tym, czym interesuje się i o czym mówi w danej w danej chwili Twoje dziecko. Nie przerywaj i nie kończ słów za dziecko. Słuchaj z zainteresowaniem, stwórz przyjazną atmosferę. To dziecko uspokoi, upewni, że może mówić dalej, pozwoli nabrać sił do dalszego pokonywania trudności w mówieniu.

Co rodzice mogą zrobić, aby pomóc dziecku?

1. Przystań na jedną sekundę zanim zaczniesz mówić do dziecka.
2. Mów wolniej.
3. Mów o tym, czym interesuje się i o czym mówi Twoje dziecko.

Czego rodzice nie powinni robić, aby pomóc dziecku?

1. Nie krytykuj i nie poprawiaj mowy dziecka.
2. Nie mów mu, aby zwolniło tempo mowy lub zrelaksowało się.

3. Nie zmuszaj go do wygłaszania małych przemówień lub głośnego czytania, szczególnie w obecności osób obcych lub dużej liczby słuchaczy.
4. Proces terapii dziecka w wieku przedszkolnym, wczesnoszkolnym, szkolnym z problemem w płynnym mówieniu powinien opierać się na zasadzie zabawy łączyć w sobie elementy ćwiczeń oddechowych, emisyjnych, artykulacyjnych i muzycznych (percepcyjno - ruchowych) oraz relaksacji i socjoterapii.

Ćwiczenia oddechowe mają na celu utrwalenie nawyku prawidłowego oddychania (pogłębianie oddechu, wydłużanie fazy wydechowej) oraz ułatwiają dziecku zsynchronizowanie oddechu z treścią wypowiedzi.

Ze względu na występujące u osób jękających się niekorzystne napięcie mięśniowe należy wykorzystywać w terapii ćwiczenia regulujące te napięcie, służące opanowaniu umiejętności napinania i rozluźniania poszczególnych partii mięśni. Niezwykle przydatne jest tu relaksacja, której głównymi zadaniami są: odpowiednia stymulacja i rytmizacja mięśni oddechowych (przepony) oraz stopniowe odprężenie psychiczne.

Istotną częścią terapii są też ćwiczenia logorytmiczne, które wspomagają pracę nad płynnością mowy i są połączeniem rytmiki z logo terapią. Celem tych ćwiczeń jest zwrócenie uwagi dziecka na zjawiska wspólne dla muzyki i mowy (wypowiedzi), a więc na rytm, tempo, wypowiedź dźwięku, melodię, głośność i barwę dźwięku, akcent, frazowanie oraz artykulację.

Wskazane jest również wykorzystanie elementów muzykoterapii, która wpływa bardzo pozytywnie na redukcję stresu i lęków dziecka, harmonizuje napięcie mięśniowe, wycisza negatywne emocje.

Kształtowanie empatii, pomaganie dziecku w rozumieniu własnych stanów emocjonalnych oraz nauka odpowiedniego ich kształtowania pozwala na lepszą integrację dziecka z grupą rówieśniczą opartą na wzajemnej akceptacji i szacunku. Dlatego też w proces terapii dziecka należy też włączyć elementy socjoterapii, która sprzyja wyrabianiu i utrwalaniu pożądanych cech i postaw oraz wzmacnia w dziecku wiarę we własne możliwości.

Bibliografia:

- Byrne R. (1989). Pomówmy o zacinaniu. Warszawa. PZWL;
- Kamińska D. (2000). Wspomaganie płynności mowy dziecka – profilaktyka, diagnoza i terapia jękania wczesnodziecięcego. Kraków. IMPULS;
- Kostecka W. (2000). Dziecko i jękanie. Lublin. PTL.