**Gdy moje dziecko się jąka**

 Jąkanie to pojęcie bardzo szerokie. Zdarza się zarówno małym dzieciom, jak i dorosłym. U wielu ludzi, szczególnie w stanach zdenerwowania, zmęczenia lub choroby można zaobserwować różne objawy niepłynności w mowie. Często u dzieci między drugim aczwartym rokiem życia występuje tzw. rozwojowa niepłynność mówienia, która jest wyrazem przejściowych trudności w przyswajaniu języka. Mija ona samoistnie jeśli otoczenie reaguje na nią w odpowiedni sposób.

Kiedy u małego dziecka pojawią się objawy niepłynności nie daj mu poznać, że coś się w jego mowie zmieniło. Nie pozwól, aby odczuło Twój niepokój. Stwarzaj takie sytuacje, w których mowa przebiegać będzie gładko, swobodnie, bez lęku

Reaguj na to, co dziecko mówi, a nie jak mówi. Jest takie powiedzenie, że jąkanie rodzi się w uszach rodziców. Najlepszą rzeczą jaką można zrobić, aby zmniejszyć niepłynność mowy dziecka jest zmniejszyć niepokój. Objawy niepłynności normalnej i patologicznej są podobne dlatego o rozpoznanie i diagnozę należy zwrócić się do specjalisty.

Co nas może niepokoić?

powtarzanie głoski (np. mała l-l-lokomotywa ), sylaby (np. mała lo-lokomotywa), wyrazów jedno- i wielosylabowych (np. to- to jest lokomotywa, to jest mała lokomotywa), frazy (np. to jest- to jest lokomotywa),

przeciąganie głoski, np. yyyy to jest lokomotywa,

pauzy (momenty ciszy).

poprawki, np. to są... jest mała lokomotywa,

rozpoczynanie zdania od samogłoski „a” lub dźwięku pośredniego między „e” a „y”.

Co może być przyczyną jąkania wczesnodziecięcego?

sytuacje stresowe np. silne przestraszenie się zwierzęcia, narodziny młodszego brata lub siostry, co wywołuje zagrożenie przed utratą miłości rodziców, rozłąk np. wyjazdy taty lub mamy na dłuższy czas (dzieci czują się wówczas porzucone, odtrącone, nieszczęśliwe), przebywanie dziecka w szpitalu; strach przed tym, co je czeka, pójście do przedszkola lub szkoły,

opóźnienie rozwoju mowy - dziecko rozwija się poprawnie, rozumie co się wokół niego dzieje, spełnia polecenia słowne, reaguje na bodźce słuchowe, ale nie mówi,

przyspieszenie rozwoju mowy – dziecko posiada bogaty słownik, pięknie buduje zdania, poprawnie wyraża swoje myśli i pragnienia, ogląda dużo TV i słucha bajek, co sprawia, że system nerwowy dziecka jest nadto obciążony przyspieszonym rozwojem umysłowym,

nadmierne oglądanie TV – dziecko długo oglądające różne programy telewizyjne jest obciążone psychicznie, napięte emocjonalnie, a stan psychiczny wpływa na sposób mówienia i często powoduje jąkanie,

jąkanie przez naśladowanie - dziecko uczy się mowy od członków swojej rodziny i jeżeli najbliższe osoby jąkają się to zachodzi duże prawdopodobieństwo, że i ono też może zacząć się jąkać, początkowo nie zdając sobie z tego sprawy.

Zapobieganie jest zwykle łatwiejsze niż leczenie. Co należy robić?

zapewnij dziecku atmosferę miłości akceptacji i ciepła - nie stawiaj zbyt dużych wymagań, nie krytykuj ciągle zachowania dziecka, staraj się nie przenosić swojego stanu emocjonalnego na dziecko, bądź konsekwentny w stosowaniu dyscypliny!

zbadaj swój sposób mówienia - czy moja mowa nie jest zbyt szybka, czy mój sposób mówienia nie jest zbyt natarczywy i agresywny, czy nie używam zbyt trudnych słów, czy nie przerywam zbyt często wypowiedzi swojego dziecka, czy uważnie słucham, co mówi do mnie(niekoniecznie trzeba przerywać wykonywaną czynność by słuchać uważnie)?

ogranicz oglądanie TV i korzystanie z komputera, a więcej czasu spędzaj razem z dzieckiem!!!

    Może się zdarzyć, że rodzice stosują powyższe wskazówki, a u dziecka i tak pojawi się jąkanie. Co wtedy robić? [...] Jeśli objawy niepłynności pojawią się u dziecka w wieku przedszkolnym, należy w miarę możliwości odizolować je od otoczenia i stworzyć mu takie warunki, by nie odczuwało potrzeby rozmawiania. Można np. na kilka dni położyć je w łóżku pod jakimś pretekstem. Zwracając się do niego mówimy cicho, wolno, a nawet szeptem, krótkimi, prostymi zdaniami. Jeżeli dziecko nie chce pozostać w łóżku należy zapewnić mu maksimum spokoju, ograniczyć kontakty z rówieśnikami oraz przeżycia mogące wzmagać napięcie emocjonalne.

Oto kilka bardzo konkretnych wskazówek mogących się przydać w kontakcie z dzieckiem:

gdy dziecko nie zdaje sobie sprawy z tego, że się jąka to w żaden sposób nie daj mu poznać, że coś się w jego mowie zmieniło,

pomóż dziecku, by nabrało zaufania do swego mówienia mimo niepłynności,

nie mów do dziecka „nie jąkaj się”, gdyż gdyby mogło nie robiłoby tego,

nie mów za dziecko i nie odpowiadaj za nie na pytania,

nie polecaj dziecku aby powtórzyło, mówiło wolniej lub też wzięło większy oddech; to powiększa zaburzenia i wkracza w spontaniczność mówienia, kierując uwagę na to jak się mówi, zamiast co się mówi.; lepiej dostarczyć dziecku poprawnych wzorów w formie komentarza np. Jacek zabrał ci zeszyt i... ,

jeśli dziecko się spieszy, jest nadmiernie podniecone powiedz mu: „uspokój się, mamy przecież dużo czasu”; to zupełnie coś innego niż „mów wolniej”, ponieważ niezwracamy wówczas uwagi na to jak mówi, ale na jego ogólne zachowanie.

zachęcaj dziecko do zajęć manualnych malowania, rysowania, lepienia, a także do wspólnego śpiewania.

młodszym dzieciom czytaj powoli i spokojnie - to także poprawia ich mówienie; dziecko można włączyć w tok czytania, naśladuje ono wtedy głosy zwierząt czy maszyn, dopowiada znane słowa,

jeżeli jąkanie pojawiło się wraz z pójściem dziecka do szkoły lub przedszkola to pozostaw je przez jakiś czas w domu,

skoncentruj się znalezieniu pozytywnych cech dziecka, czynności, które wykonuje dobrze, by miało świadomość swoich mocnych stron, a z pewnością pomoże mu to wrócić do równowagi psychicznej.

dziecko z umiarem powinno korzystać z zabaw i gier, w których występuje element współzawodnictwa,

ogranicz mu bodźce emocjonalne zarówno te dobre jak i te przykre,

zapewnij kontakt z przyrodą, wakacje spędzajcie w miejscowościach spokojnych i niezatłoczonych,

miej świadomość, że stan emocjonalny dziecka ma duży wpływ na jego mowę, dlatego nie powinno być ono świadkiem sprzeczek między rodzicami; złą rzeczą jest również dyskutowanie o wychowaniu dziecka przy nim samym.

nie należy karać dziecka biciem,

zapewnij dziecku usystematyzowany i higieniczny tryb życia, zadbaj o ustalenie czasu posiłków i zabaw; dziecko powinno spać około 10 godzin w ciągu doby,

nie nakładaj na dziecko zbyt wielu obowiązków; ich nadmiar wywołuje zmęczenie, zmusza do pośpiechu, a to z kolei wzmaga napięcie nerwowe; spokój i uczucie zadowolenia zapewniają stabilizację życia emocjonalnego dziecka.

z powyższymi uwagami zapoznaj całą rodzinę oraz personel placówki, do której dziecko uczęszcza.

Bardzo wyraźnie widać tutaj jak ważną i znaczącą rolę ma do odegrania rodzic. Wiedzieć jak właściwie postępować to jedno, chcieć właściwie postępować to drugie, zmienić swoje dotychczasowe przyzwyczajenia to trzecie – wymagające największego wysiłku, systematyczne działanie, będące dla nas próbą wytrwałości i cierpliwości. Najlepiej jednak, w przypadku, kiedy zauważymy u dziecka objawy niepłynności mówienia, udać się do logopedy, który postawi diagnozę i zaleci odpowiednie postępowanie. Potem do tych wskazówek należy się już tylko zastosować.