„Jąkanie – choroba niewypowiedzianych myśli”

https://pixabay.com/pl/

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 a czwartym 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 może nas 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; rozłąka 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 głębszy 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 nie zwracamy 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 na 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 silne 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;*
- *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 w terapii jąkania wczesnodziecięcego 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, kiedy zauważymy u dziecka nasilające się objawy niepłynności mówienia, udać się do logopedy, który postawi diagnozę i zaleci odpowiednie postępowanie. Potem do tych wskazówek należy się już tylko zastosować.

mgr Agnieszka Hajduk
nauczyciel specjalista

Na podstawie opracowania Jadwigi Pluta „Gdy dziecko się jąka”