

JĄKANIE U DZIECI – MATERIAŁY DLA RODZICÓW

Szanowni Państwo,

poniżej zamieszczono zestawienie źródeł polecanych materiałów. Warto się z nimi zapoznać w związku z wy-stępowaniem objawów jąkania się u Waszego dziecka.

1. Ulotki i opracowania dla rodziców, terapeutów i nauczycieli dostępne na stronach

- Centrum Logopedycznego:
www.centrumlogopedyczne.com.pl
- The Stuttering Foundation of America – w sekcji tłumaczenia polskie (w tym również w całości publikacja *Dziecko, które się jąka: informacje dla pediatry*):
<http://www.stutteringhelp.org/polish-translations>

2. Materiały filmowe i postery profilaktyczne dostępne na stronach:

- Śląskiego Oddziału Polskiego Towarzystwa Logopedycznego (m.in. plakaty profilaktyczne o jąkanii, link do dokumentalnego filmu animowanego pt.: *Stuttering – jąkanie*):
<http://ptl.katowice.pl/>
- Instytutu Języka Polskiego Uniwersytetu Śląskiego (m.in.: filmy edukacyjne o jąkanii, np.: *Wait, wait, I'm not finished yet – Poczekaj, poczekaj, jeszcze nie skończyłem, Eksperci mają głos*, w tym również w całości dostępna publikacja *Zaburzenia płynności mowy – teoria i praktyka*. Tom 1):
<http://www.logopedia-ijp.us.edu.pl/>
- Polskiego Związku Logopedów (m.in. materiały profilaktyczne, artykuły):
www.logopeda.org.pl

3. Publikacje na temat jąkania u dzieci (dostępne m.in. w księgarni internetowej

Komlogo: <http://www.komlogo.pl/index.php/kategorie/logopedia/jąkanie>):

- De Geus E., 2013, *Czasami po prostu się jąkam. Książka dla dzieci w wieku od 7 do 12 lat*, Katowice.
- Dell C.W., 2008, *Terapia jąkania u dzieci w młodszym wieku szkolnym*, Kraków.
- Guitar T., Peters T.J., 2014, *Dobór metod terapii jąkania. Przewodnik dla logopedów*, Katowice.
- Kamińska D., 2006, *Wspomaganie płynności mowy dziecka – profilaktyka, diagnoza i terapia jąkania wczesnodziecięcego*, Kraków.

- Kelman E., Nicholas A., 2013, *Praktyczna interwencja w jąkanii wczesnodziecięcym*, Gdańsk.
- Kostecka W., 2000, *Dziecko i jąkanie*, Lublin.
- Schneider P., 2014, *Kto-kto-kto robi hu-hu-hu?* Katowice.
- Szerszeńska A., 2013, *Jąkanie to nie wyrok*, Kraków.
- Tarkowski Z., 1992, *Jąkanie wczesnodziecięce*, Warszawa.
- Tarkowski Z., 2010, *Jąkanie – księga pytań i odpowiedzi*, Gdańsk.
- Tarkowski Z., Humeniuk E., Dunaj J., 2011, *Jąkanie w wieku przedszkolnym*, Olsztyn.
- Węsierska K., Jeziorczak B., 2011, *Czy moje dziecko się jąka? Przewodnik dla rodziców małych dzieci, które mają problem z płynnym mówieniem*, Katowice.

4. Rzetelne informacje w języku angielskim (w tym książki, ulotki i filmy) można znaleźć na stronach:

- International Stuttering Association:
www.isastutter.org/
- Stuttering Home Page:
<http://www.mnsu.edu/comdis/kuster/stutter.html>
- International Fluency Association: www.theifa.org
- National Stuttering Association:
www.westutter.org
- British Stammering Association:
www.stammering.org
- Stuttering Foundation of America:
www.stutteringhelp.org

Ratunku – małe dziecko się jąka!^{1*}

Niepłynność w mowie małego dziecka to problem, który dotyka całą rodzinę. W jego skutecznym przezwyciężaniu powinni zatem wraz z dzieckiem brać udział jego najbliżsi. To przede wszystkim wsparcie udzielone rodzicom przez logopedę i dziecku przez świadomych rodziców przesądza o tym, że maluch znowu będzie mówić płynnie!

Jeśli rodzice/opiekunowie obawiają się, że dziecko się jąka, to znaczy, że prawdopodobnie zaobserwowali u niego, szczególnie w sytuacjach ekscytujących lub stresujących, następujące zachowania:

- nie potrafi wypowiedzieć niektórych dźwięków, np. [b], [k],
- powtarza wyrazy, sylaby lub dźwięki, np. *bo-bo-boję się*,
- przedłuża dźwięki, np. *maam misia*,
- używa dodatkowych słów, które ułatwiają mu rozpoczęcie wypowiedzi,
- ma problem z oddechem, gdy chce coś powiedzieć,
- zaczyna zdawać sobie sprawę ze swoich kłopotów z mówieniem,
- wzrasta u niego napięcie mięśniowe, zwłaszcza w obrębie twarzy,
- wykonuje dodatkowe gesty (tzw. współruchy) związane z usilną próbą wypowiedzenia się,
- rozmawia mniej chętnie niż dawniej.

Co powinni zrobić rodzice/opiekunowie w takiej sytuacji? I.

Oswoić lęk, czyli dowiedzieć się jak najwięcej o jąkaniu!

- Około 5% małych dzieci jąka się przez około 6 miesięcy lub dłużej w okresie wczesnego dzieciństwa. Trzy czwarte spośród nich upora się z niepłynnością samodzielnie, zanim pójdzie do szkoły.
- Jąkanie częściej występuje u chłopców niż u dziewcząt. Dziewczęta częściej również „wychodzą z jąkania” bez interwencji terapeutycznej.
- Pierwsze objawy jąkania pojawiają się zazwyczaj pomiędzy 2. a 5. rokiem życia (średnio około 34. miesiąca życia).
- Powody jąkania nie są jeszcze do końca znane. Nie ma jednej prostej przyczyny i nie ma jednej prostej metody terapii jąkania.
- Jąkanie u małych dzieci jest różnorodne i zmienne, może przychodzić i odchodzić.
- Terapia logopedyczna w przypadku jąkania u małych dzieci jest skuteczna.
- Wczesna interwencja logopedyczna z aktywnym udziałem rodziców jest kluczem do sukcesu, ja-kim jest płynność w mowie dziecka.

^{1*} Tekst jest adaptacją artykułu *Ratunku, moje dziecko się jąka!* autorstwa Anny Chrostek, Barbary Jeziorczak i Katarzyny Węsierskiej, który został opublikowany w listopadzie roku 2011 na portalu: www.egodziecka.pl. Artykuł w powyższej wersji jest również dostępny na stronie Centrum Logopedycznego: www.centrumlogopedyczne.com.pl.

II. Dać sobie pomoc, poszukać specjalistycznego wsparcia!

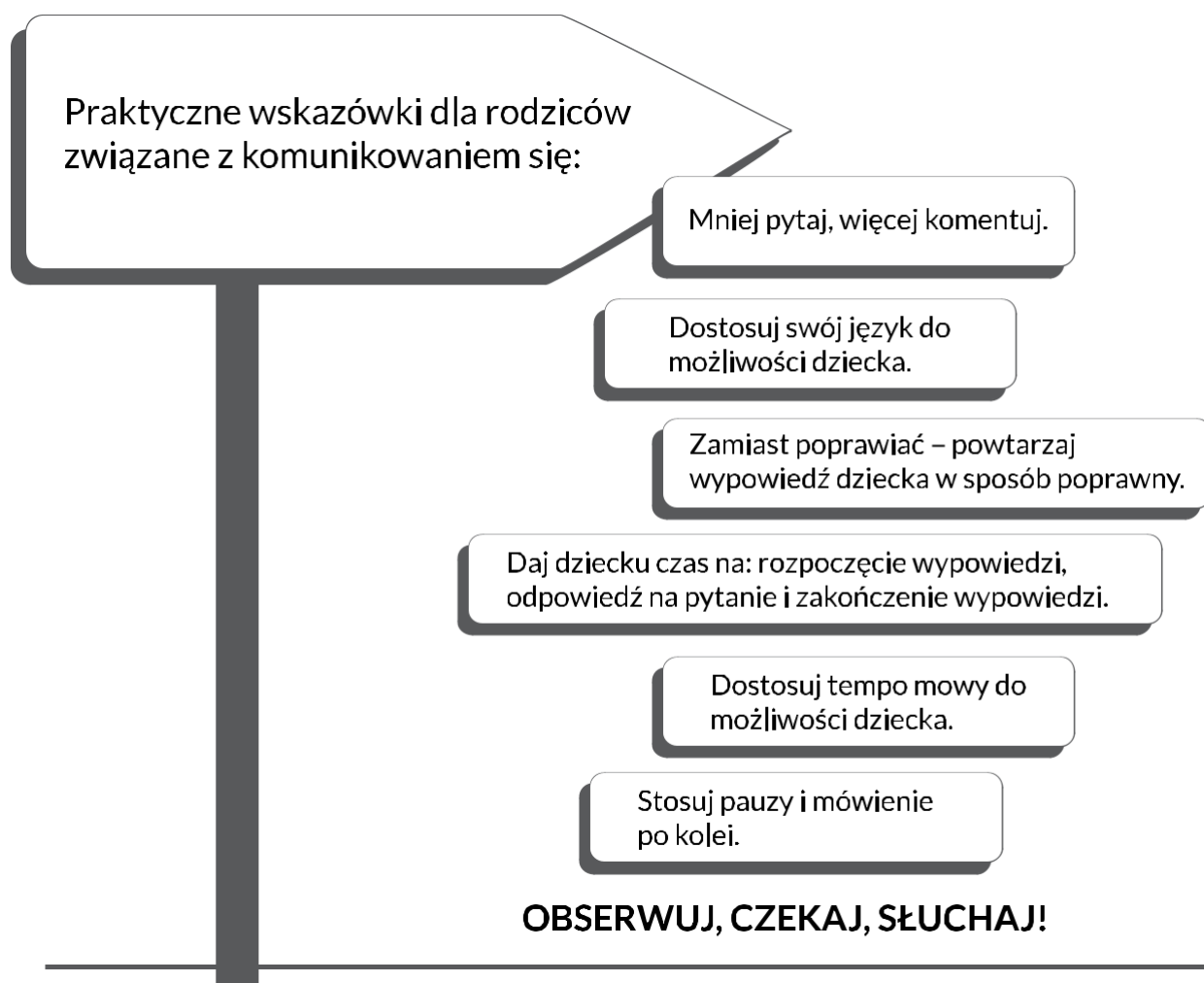
Pierwsze najważniejsze kroki rodzica to:

1. Spokój: *Nie panikuję!*
2. Wzmocnienie i uświadomienie: *Wiem, co robić!*
3. Zmotywowanie: *Działam, współpracuję z logopedą!*

Rodzice/opiekunowie powinni wiedzieć o tym, że logopedzi udzielają bezpłatnej pomocy w placówkach oświatowych (przedszkolach, poradniach psychologiczno-pedagogicznych) i w placówkach służby zdrowia. Pracują również w prywatnych gabinetach. Terapia niepełności mowy u małych dzieci to:

- porada, konsultacja i praca z rodziną (tzw. terapia pośrednia) – jest ona poświęcona komunikowaniu się z dzieckiem i modyfikowaniu warunków panujących w środowisku dziecka,
- bezpośrednia praca z dzieckiem nad upłynnianiem jego mowy (tzw. terapia bezpośrednia).

III. Działać – pomagać dziecku od razu!



Praktyczne wskazówki dla rodziców związane ze środowiskiem, w jakim wzrasta dziecko:

Dostosuj wymagania do możliwości dziecka.

Buduj wiarę w siebie i poczucie pewności siebie dziecka.

Umożliwiaj dziecku rozwiązywanie problemów i przejmowanie inicjatywy w zabawie.

Wzmacniaj, nagradzaj werbalnie – stosuj konkretne, szczere pochwały.

Zadbaj o powtarzalny rytm dnia.

Ułatwiał dziecku radzenie sobie z emocjami przez wyciszenie.

Bądź konsekwentny, osiągając skuteczność w rozwiązywaniu problemów wychowawczych.

Gdy dziecko próbuje mówić o problemie, bądź otwarty na temat jąkania.

Podsumowanie

Wystąpienie objawów jąkania u małego dziecka nie jest równoznaczne z tym, że zaburzenie płynności mowy stanie się dla niego długofalowym problemem życiowym. Warto pamiętać, że pewna grupa dzieci jest bardziej narażona na utrwalenie się jąkania i te dzieci powinny zostać otoczone szczególną opieką. Warto skonsultować się z logopedą, jeżeli:

- zaczyna się jąkać chłopiec,
- w rodzinie były przypadki jąkania chronicznego,
- pierwsze objawy jąkania wystąpiły dość późno, tzn. po 3,5. roku życia i później,
- jąkanie utrzymuje się w mowie dziecka dłużej niż 12–18 miesięcy,
- objawy niepłynności nasilają się lub utrzymują na jednakowym poziomie,
- jąkanie współwystępuje z innymi problemami rozwojowymi – zwłaszcza w rozwoju mowy.

Rodzic powinien pamiętać, że jest najważniejszą osobą w życiu małego dziecka, może mu pomóc! Więcej na temat pierwszych kroków, które można zarekomendować rodzicom, gdy ich pociecha zaczyna się jąkać, można znaleźć w książeczce *Czy moje dziecko się jąka?* Oprócz wskazówek, jak zadbać o płynną mowę oraz szeroko rozumiany rozwój dziecka, publikacja zawiera dwa miniplakaty dla rodziców i nauczycieli, które ułatwią zapamiętanie i stosowanie na co dzień najważniejszych zaleceń przystosowanych najbliższe otoczenie do potrzeb jękającego się dziecka. Materiały te można także pobrać ze strony Centrum Logopedycznego: www.centrumlogopedyczne.com.pl.

Rola rodziców w przezwyciężaniu zaburzeń płynności mówienia jest pierwszoplanowa. Badania naukowe dowodzą, że terapia jąkania wczesnodziecięcego jest skuteczna, zwłaszcza gdy zostaje odpowiednio dostosowana do potrzeb konkretnego dziecka i odbywa się z partnerskim udziałem jego rodziców/opiekunów.

Literatura

Byrne R., 1989, *Pomówmy o zacinaniu*, PZWL, Warszawa.

Chęć M., 2006, *Problemy dysfluencji mowy w aktualnych światowych badaniach (z uwzględnieniem V Kongresu Światowego Towarzystwa Zaburzeń Płynności Mowy w Dublinie)*, „Śląskie Wiadomości Logopedyczne”, nr 11, s. 37–44.

Chęć M., 2010, *Jąkanie – diagnoza, terapia, program*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.

Deluga D., 2006, *O jękaniu wczesnodziecięcym*, „Śląskie Wiadomości Logopedyczne”, nr 10, s. 44–48.

Jezioreczak B., Węsierska K., 2011a, *Jakość relacji logopeda–rodzic dziecka jękającego się a skuteczność terapii jękania wczesnodziecięcego*, [w:] J. Gruba (red.), *Wybrane problemy logopedyczne*, Wydawnictwo Fonem, Gliwice, s. 51–66.

Jezioreczak B., Węsierska K., 2011b, *Sprawmy, by potykający się w mowie maluch został królem płynności. Wczesna interwencja logopedyczna wobec dzieci z objawami rozwojowej niepełności mówienia*, „Wychowanie na co Dzień”, nr 7–8 (214–251), s. I–VII.

Kamińska D., 2006, *Wspomaganie płynności mowy dziecka – profilaktyka, diagnoza i terapia jękania wczesnodziecięcego*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.

Kostecka W., 1999, *Pomoc logopedyczna dziecku jękającemu się* „Logopedia”, t. 26, s. 67–84.

Kostecka W., 2000, *Dziecko i jękanie*, Wydawnictwo PTL, Lublin.

Kostecka W., 2001, *Terapia rodzinna dziecka z niepełnością mówienia*, „Biuletyn Logopedyczny ZG PTL”, nr 3 (6), s. 38–44.

Michalak-Widera I., 1998, *Jąkanie – problem dziecka, rodziców i grupy terapeutów (psychoterapeuty i logopedy)*, [w:] I. Nowakowska-Kempna (red.), *Effata – Otwarcie. Logopedia jako nauka interdyscyplinarna – teoretyczna i stosowana*, Uniwersytet Śląski, Katowice, s. 165–174.

Tarkowski Z., 1990, *Terapia jękania w wieku przedszkolnym*, „Logopedia”, t. 17, s. 139–143.

Tarkowski Z., 1992, *Jąkanie wczesnodziecięce*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa.

Waszczuk H., 2005, *Rodzinna terapia jękania. Poradnik*, Fundacja Rozwoju Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.

Węsierska K., 2006, *Niepełność mowy wśród dzieci w wieku przedszkolnym – profilaktyka i wczesna interwencja w dysfluencji*, „Śląskie Wiadomości Logopedyczne”, nr 11, s. 45–54.

Węsierska K., 2009, *Zaburzenia płynności mówienia u dzieci w wieku przedszkolnym – profilaktyka i wczesna interwencja logopedyczna*, „Logope-da”, nr 1 (7), s. 103–118 [czasopismo internetowe, dostępne na stronie: www.logopeda.org.pl].

Węsierska K., 2010, *Interakcyjna Terapia Rodzic–Dziecko – Palin Parent–Child Interaction Approach (Palin PCI) – przykładem skutecznego postępowania logopedycznego w jękaniu wczesnodziecięcym*, „Forum Logopedyczne”, nr 18, s. 23–30.

Węsierska K., Jezioreczak B., 2011, *Czy moje dziecko się jąka? Przewodnik dla rodziców małych dzieci, które mają problem z płynnym mówieniem*, Centrum Logopedyczne, Katowice.