PROSTE PORADY LOGOPEDYCZNE DLA RODZICÓW

 Pomyślałam, że może właśnie teraz będziecie mieli Państwo czas na poczytanie ciekawych artykułów na temat rozwoju mowy dzieci. Na pewno często zadajecie sobie pytania:

- Kiedy iść do logopedy?

- Jak wspomagać rozwój mowy dziecka?

- Czy moje dziecko się jąka?

- Czy moje dziecko sepleni?

- Gdy dziecko nie mówi „R”.

Skorzystałam więc z fachowej opinii neurologopedy i opracowałam dla Państwa ten artykuł, żeby odpowiedzieć na najczęściej nurtujące Was pytania.

**WSTĘP**

 Mowa – właściwa tylko ludziom – pozwala nam w pełni funkcjonować w społeczeństwie. Na co dzień zwykle nie dostrzegamy jej wartości. Tego, że jest najbardziej podstawową, najważniejszą formą komunikacji z otoczeniem, że umożliwia nam nie tylko kontakt z ludźmi, ale także wyrażanie własnych myśli, uczuć, przeżyć, pragnień. Zazwyczaj nie doceniamy

 też tego, że rozumiemy, co mówią do nas inni oraz co mówimy my sami.

**Mowa nie jest jednak umiejętnością wrodzoną**. Jest nabywana w dzieciństwie, uzależniona od wielu czynników, w tym także od tego, czy i jak mówią do nas najbliżsi.

**Jej rozwój rozpoczyna się już na długo przed narodzinami**. Pierwsze ruchy ust, przygotowujące buzię do mówienia, można zaobserwować u dziecka już w 3 miesiącu ciąży.

**W wieku 6 lat dziecko powinno już mówić całkowicie poprawnie**. Ten czas do 5-6 roku życia to najlepszy i najefektywniejszy okres dla korygowania powstałych wad czy wyrównywania braków. Dopóki mowa się kształtuje, można ją modyfikować, regulować, usprawniać, wpływać na jej rozwój. Po tym okresie, w wieku szkolnym i późniejszym, dziecko ma już utrwalone to, co osiągnęło dotychczas - niestety utrwalone są już także wady. Poddawanie terapii zaburzeń komunikacji w późniejszym wieku nie jest więc już kształtowaniem mowy,

a jedynie jej poprawianiem. Przebiega więc wolniej i wymaga intensywniejszych działań zarówno ze strony terapeutów, rodziców, jak i samego dziecka.

 Dlatego tak ważne jest, by jak najszybciej reagować na wszelkie niepokojące objawy związane z mową dziecka. Jej prawidłowy rozwój jest podstawą prawidłowego rozwoju małego człowieka, jego osobowości, procesów myślenia, tego, jak będzie radziło sobie

w szkole i jak będzie funkcjonować w wymiarze społeczno-emocjonalnym.

 Nieprawidłowa mowa dziecka często spędza rodzicom sen z powiek. Bo czy to normalne,

że 2-latek jeszcze nic nie mówi ? Albo że 3-latek mówi po swojemu i nikt go nie rozumie? Kiedy powinno pojawić się „r”? Czy jąkanie jest dziedziczne i czy można seplenienia nauczyć się od koleżanki z przedszkola? Czy dziecko może mówić po swojemu i kiedy tak naprawdę należy pójść do logopedy? Czy można przyspieszyć rozwój mowy dziecka? I jak mu pokazać, że mówienie jest fajne? Na te i inne pytania będziemy tu odpowiadać.

**KIEDY IŚĆ DO LOGOPEDY?**

 Konieczna jest wizyta u logopedy jeżeli Wasze dziecko:

* nie gaworzy,
* roczne nie wypowiada sylab,
* podejrzewamy, że nie rozumie naszych poleceń,
* 2-latek nie wypowiada prostych słów (mama, baba, tata, dada...),
* 3-latek nie buduje zdań,
* 4-latek formułuje jedynie zdania proste, równoważniki zdań, wypowiada zaledwie proste słowa, zniekształca wyrazy,
* znacznie odstaje w rozwoju mowy od rówieśników, izoluje się, niechętnie bawi się z dziećmi, jest odrzucane przez grupę z powodu gorzej rozwijającej się mowy,
* w wieku 4 lat nadal mówi niepłynnie, zacina sie, powtarza sylaby, nie może "wydusić z siebie słowa",
* nawykowo oddycha buzią,
* podczas mówienia wsuwa język między przednie zęby,
* 4-latek nie wypowiada głosek k, g, l, ś, ź, ć, dź lub s, z, c, dz,
* 5-latek nie wypowiada l (np. nadal zastępuje przez j) albo nie wypowiada r, s, z, c, dz, ś, ź, ć, dź, k, g, ą, ę,
* 6-latek nie wypowiada sz, ż, cz, dż,
* gdy mamy wątpliwości, czy dziecko słyszy.

 Drodzy rodzice to Wy obserwujecie swoje dzieci, to Wy pierwsi zauważacie, że u Waszego bardzo małego dziecka, wolniej się rozwijają umiejętności siadania, raczkowania, gaworzenia, wymawiania pierwszych sylab, słów, to nie zastanawiajcie się warto wtedy iść do logopedy by ocenił funkcjonowanie narządów mowy, poziom rozwoju narządów artykulacyjnych

i ewentualnie zalecił odpowiednie ćwiczenia, które usprawnią narządy mowy i przyspieszą dojrzewanie tych części układu nerwowego, które odpowiadają za rozwój mowy. Może

się bowiem okazać, choć oczywiście nie musi, że opóźnienie rozwoju ruchowego dziecka zapowiada opóźniony rozwój mowy.

**JAK WSPOMAGAĆ ROZWÓJ MOWY DZIECKA?**

 Pani Patrycja podaje kilka podstawowych zasad, które powinny wspomagać rozwój mowy dziecka. I tak:

* Mów do dziecka.
* Rozmawiaj z dzieckiem, wciągaj w rozmowę, pytaj o zdanie.
* Staraj się mówić tak, by dziecko widziało twoją twarz i usta, by nie tylko słyszało, co mówisz, ale i widziało, jak mówisz.
* Jak najwięcej czytaj dziecku.
* Śpiewaj z dzieckiem.
* Powtarzaj przy dziecku proste wierszyki.
* Opowiadaj bajki, rozwijaj wyobraźnię dziecka.
* Pokazuj dziecku świat, opisuj życie, które dzieje się dookoła, nazywaj czynności, które wykonujesz, przedmioty z otoczenia (np. „Teraz kroję chleb, popatrz, to jest chleb. Teraz smaruję go masłem.”).
* Motywuj dziecko do mówienia. Ciesz się z najdrobniejszych sukcesów, nawet jeśli wypowiadane przez malucha słowa czy zdania są jeszcze nieporadne lub niezrozumiałe. Niech dziecko wie, że warto się starać.
* Nie wyręczaj dziecka, nie mów za niego, nie zgaduj jego potrzeb.
* Zachęcaj dziecko do mówienia, mówiąc spokojnie i łagodnie.
* Odpowiadaj na pytania, choćby to samo pytanie było ci zadawane na okrągło. Jeśli przestaniesz odpowiadać, dziecko przestanie pytać i straci zainteresowanie światem i mową.
* Słuchaj uważnie, co dziecko ma ci do powiedzenia. Dziecko musi wiedzieć, że zostanie wysłuchane i że warto podjąć wysiłek mówienia, mimo że łatwiej jest pokazać palcem lub gestem.
* Zwracaj uwagę na odgłosy otoczenia, staraj się je z dzieckiem naśladować (np. szczekanie psa, dźwięk dzwonka, płacz dziecka, szum wody).
* Pokaż dziecku, że mówienie jest czymś ciekawym, służy porozumiewaniu się z innymi ludźmi

 i poznawaniu świata.

**CZY MOJE DZIECKO SIĘ JĄKA?**

 Według P. Patrycji dzieci 3-5 letnie mają skłonność do tzw. „niepłynności fizjologicznej”, która bardzo przypomina jąkanie. Jest ona spowodowana tym, że małe dziecko chce

i próbuje dużo powiedzieć, ale jego skromne jeszcze możliwości językowe na to nie pozwalają. W każdym przypadku niepłynności (zarówno tej rozwojowej – naturalnej,

jak i tej wymagającej terapii) warto wiedzieć, jak postępować, by pomóc dziecku osiągnąć płynność mówienia:

* nie zwracaj uwagi na jąkanie (zwłaszcza, jeśli dziecko nie zdaje sobie sprawy z tego, że mówi niepłynnie),
* nie uświadamiaj dziecku, że ma widoczne trudności z mową,
* nie okazuj zaniepokojenia czy zniecierpliwienia, bo nawet najmłodsze dziecko szybko wyczuje nasze zdenerwowanie i zacznie podejrzewać, że coś złego się z nim dzieje,
* nie upominaj "Mów ładniej!", "Mów wolniej!", "Nie jąkaj się!",
* nie poprawiaj,
* nie każ powtarzać,
* nie dopowiadaj za dziecko końcówki słowa lub zdania, nie wyręczaj w mówieniu,
* nie mów przy dziecku o problemie jego niepłynności.

Osoby dorosłe w takich sytuacjach powinny:

* mówić przy dziecku wolno, spokojnie, dokładnie i wyraźnie,
* wspomagać swoje wypowiedzi gestem,
* dużo śpiewać z dzieckiem,
* recytować wspólnie wierszyki,
* klaskać w rytm mówienia,
* pamiętać, że to my jesteśmy dla dziecka wzorem i że mowa dziecka jest najczęściej lustrzanym odbiciem naszej własnej mowy.

Istnieje powszechna opinia, że nasze dziecko mówi tak, jak jest przez nas słuchane. Dlatego uważnie słuchajmy, co i jak mówią nam nasze dzieci!

Oczywiście w większości przypadków jąkanie czy niepłynność są przejściowe. Jąkanie

 jest zjawiskiem bardzo złożonym, dlatego zawsze, bez względu na wiek dziecka, warto zasięgnąć konsultacji logopedy, by w razie konieczności podjąć odpowiednią terapię wspomagającą płynną mowę dziecka.

**CZY MOJE DZIECKO SEPLENI?**

 Rodzice dzieci w wieku przedszkolnym często zadają sobie pytanie: „Czy moje dziecko sepleni?” Istotnie, seplenienie jest częstą wadą wymowy spotykaną u dzieci zarówno

w wieku przedszkolnym, jak i w wieku szkolnym. Seplenienie to nieprawidłowa wymowa głosek syczących (*s*, *z*, *c*, *dz*), szumiących (*sz*, *ż*, *cz*, *dż*) lub ciszących (*ś*,*ź*,*ć*,*dź*). Jest wiele rodzajów seplenienia, najczęściej spotykane to:

* **Seplenienie międzyzębowe** – dziecko w czasie wypowiadania głosek *s*,*z*, *c*,*dz* wsuwa język między zęby. Przyczyną seplenienia międzyzębowego może być wada zgryzu (tzw. zgryz otwarty), płasko ułożony język, zbyt słabe napięcie mięśniowe czy też nieprawidłowe wzorce. Trudności z podniesieniem języka mają też dzieci, u których odwlekany był moment rezygnacji ze smoczka czy butelki ze smoczkiem oraz dzieci, którym podaje się miksowane pokarmy, mimo że dawno wyrosły im pierwsze ząbki. Przyczyn seplenienia międzyzębowego może być więcej – w przypadku seplenienia u dziecka trzeba zasięgnąć porady logopedy, ponieważ seplenienie międzyzębowe nie mija samo, ale utrwala się w miarę upływu czasu.
* **Seplenienie boczne**  – dziecko niewyraźnie wypowiadagłoski *s*, *z*, *c*,*dz*, *sz*,*ż*,*cz*,*dż* lub *ś*,*ź*,*ć*,*dź*. Niekiedy nieczysto brzmią także głoski *t*, *d*, *k*, *g*. Język układa się niesymetrycznie, szczelina w czasie mówienia nie tworzy się przez środek języka, ale z boku. Powietrze, zamiast środkiem, przepływa bokiem języka, a zaburzone głoski brzmią nieprzyjemnie dla ucha. Przyczyną seplenienia bocznego zwykle jest naśladowanie nieprawidłowych wzorców, ale mogą być to też wady zgryzu, asymetria języka, a nawet zaburzenia neurologiczne. Także w przypadku tego rodzaju seplenienia konieczna jest terapia logopedyczna, gdyż z seplenienia bocznego się nie wyrasta. Seplenienie boczne utrwala się, a im później podjęta zostanie terapia, tym mniejsze będą szanse na nauczenie dziecka poprawnej wymowy.
* **Seplenienie fizjologiczne** – to seplenienie spowodowane wymianą zębów bądź nieukończonym rozwojem mowy. Jest ono charakterystyczne dla dzieci, które przed ukończeniem 5 roku życia zamieniają głoski *sz*,*ż*,*cz*,*dż* na *s*, *z*, *c*,*dz*, mówiąc np. „safa” zamiast „szafa”. Występuje również u dzieci starszych, które wsuwają język między zęby podczas wymiany uzębienia. W tym wypadku nie jest konieczna terapia, chyba że seplenienie przedłuża się, bądź dochodzą do niego inne niepokojące objawy patologii mowy.

Nie ma uniwersalnego zestawu ćwiczeń stosowanych w przypadku seplenienia. Z uwagi na to, że jest kilka rodzajów tego zaburzenia mowy, właściwy zestaw precyzyjnie dobranych ćwiczeń może zaproponować jedynie logopeda, po wcześniejszym zbadaniu mowy dziecka. Przypadkowe ćwiczenia mogą dziecku utrwalić, a nawet pogłębić wadę.

**GDY DZIECKO NIE MÓWI „r”.**

 Głoska „r” pojawia się w mowie dziecka zwykle ok. 4-5 roku życia. Nieprawidłową artykulację głoski „r” lub jej brak nazywamy rotacyzmem. Istnieją 3 rodzaje rotacyzmu:

* **Rotacyzm właściwy** to zniekształcanie „r” i tworzenie przez dziecko dźwięku nie istniejącego w danym języku. Brzmienie „r” jest zaburzone, a głoska zdeformowana na skutek nieprawidłowego miejsca wibracji – zamiast na czubku języka wibracja powstaje np. z tyłu języka, na policzku, na wardze.
* **Pararotacyzm** to zastępowanie głoski „r” innymi istniejącymi w danym języku. Dziecko zamiast „r” mówi np. „j”, „l”, „ł”. Zwykle, w prawidłowym rozwoju mowy, 2-3 letnie dziecko zamiast „r” wypowiada „j” ( np. „jowej” zamiast „rower”, „djoga” zamiast „droga”), później pojawia się głoska „l” i dziecko zaczyna mówić „lowel”, „dloga”. Takie zamiany głoskowe nazywamy rotacyzmem rozwojowym. Następnie, ok.4-6 roku życia przychodzi czas

na właściwe „r”.

* **Mogirotacyzm** to brak głoski „r”. Dziecko opuszcza „r” i wypowiada słowa, jakby w ogóle tego dźwięku w słowie nie było ( np. „doga” zamiast „droga” ).

Jeśli rotacyzm przedłuża się i 6-letnie dziecko nadal nie wypowiada „r” lub wypowiada,

ale je zniekształca, jest to powód do rozpoczęcia terapii.

Głoska „R” pojawia się jako jedna z ostatnich w wymowie dziecka. Powstaje na wskutek wibracji przedniej części języka. Poprawne wypowiedzenie jej wymaga od dziecka dużej sprawności mięśni języka oraz jego pionizacji, tj. ruchów języka w pionie. Chcąc zapobiec ewentualnym opóźnieniom i patologiom w wymowie „r”, można już z 2-3 latkiem bawić

się w podnoszenie języczka do góry, w „rysowanie” czubkiem języka na podniebieniu,

w „dotykanie” językiem do nosa, mlaskanie z przyklejaniem języka do podniebienia, dynamiczne szybkie wypowiadanie „lalalala” czy „dadada”.

**WAŻNE!!!!**

 Nie należy przyspieszać wymowy „r”! Jeśli zniecierpliwiony rodzic, zacznie zachęcać „powiedz rower”, „powiedz krowa”, może to wywołać u dziecka wadę wymowy. Dziecko, chcąc zadowolić rodzica, zacznie szukać wibracji gdziekolwiek i prawie pewne, że wywoła ją gdzie indziej, niż na czubku języka: np. w gardle, na policzku, na wardze będzie pewne, że głoskę „R” wypowiada prawidłowo. Później bardzo ciężko jest taką wadę poddać skutecznej terapii, gdyż łatwiej i szybciej daje się wywołać głoskę, której dziecko jeszcze w ogóle nie wymawia, niż korygować głoskę zniekształconą i w tej deformacji utrwaloną.

Ćwiczenia przygotowujące do wymowy „r”:

* dotykanie końcem języka na przemian nosa i podbródka;
* dotykanie językiem górnych zębów od wewnątrz i z zewnątrz;
* unoszenie czubka języka do dziąseł (z artykulacją głoski l);
* unoszenie czubka języka do dziąseł (z artykulacją głoski d);
* oblizywanie podniebienia przy otwartych ustach;
* zmienianie układu języka z wąskiego na szeroki;
* mlaskanie;
* unoszenie języka do nosa i wywijanie go na brodę;
* dynamiczne, szybkie wymawianie: *lalalalala*, *llllllllllllll*;
* dynamiczne wymawianie: *ddddddddddddd*, *tdtdtdddtt*

BADŹMY CZUJNI I SŁUCHAJMY NASZYCH DZIECI, KIEDY DO NAS MÓWIĄ.

*Opracowała mgr* ***Jadwiga Dopierała*** *na podstawie*

*artykułu Patrycji Nocoń – neurologopeda*

*Źródło:*

*https://www.superkid.pl/*