JAK PRACOWAĆ Z DZIECKIEM Z WADĄ WYMOWY W DOMU?

(W pigułce o: wadach wymowy, rozwoju mowy oraz normach rozwojowych, ale także o rodzajach ćwiczeń logopedycznych w domu i motywacji do nich.)

***Co wywołuje wady wymowy?***

*Przyczyną wad wymowy* są najczęściej nieprawidłowości w budowie i funkcjonowaniu narządów artykulacyjnych lub zaburzenia słuchu fonematycznego. Przyczyny te można podzielić na: wewnątrzpochodne (tkwiące w dziecku) i zewnątrzpochodne (środowiskowe).

Przyczyny wewnątrzpochodne to:

* niska sprawność ruchowa narządów artykulacyjnych (języka, warg, podniebienia miękkiego);
* wady zgryzu i anomalie zębowe (wymowa międzyzębowa);
* upośledzenie słuchu fizjologicznego (zaburzenia artykulacji, melodii, intonacji, elizje);
* nieprawidłowa budowę aparatu mowy (rozszczep podniebienia, warg, zbyt duży lub mały język, skrócone wędzidełko);
* przerost trzeciego migdałka (nosowanie, wymowa międzyzębowa);
* dysfunkcja słuchu fonematycznego (odpowiadającego za procesy analizy i syntezy słuchowej).

Przyczyny zewnątrzpochodne to:

* mówienie do dziecka językiem nianiek (nadmierne spieszczanie);
* zaniedbania zdrowotne matki w ciąży (niedożywienie, używki);
* nieprawidłowe wzorce wymowy w domu;
* brak okazji do rozwijania mowy (rozmowy, czytanie książek, oglądanie ilustracji, gry językowe);
* nadmierny rygoryzm lub liberalizm, co do mowy dziecka.

 W rozwoju mowy bardzo ważną rolę odgrywa środowisko rodzinne, w którym się dziecko wychowuje. Rodzice muszą zwrócić uwagę na sposób karmienia dzieci. *Karmienie naturalne*, czyli karmienie piersią w lepszym stopniu przyczynia się do usprawnienia warg i języka niż karmienie sztuczne. Dziecko karmione piersią ma lepiej wzmocniony mięsień okrężny ust, pionizuje język, ćwiczy żuchwę, utrwala oddychanie przez nos. Jeśli dziecko karmione jest sztucznie – chcąc zapobiegać wadom zgryzu, które przyczyniają się do wad artykulacyjnych – należy jak najwcześniej przechodzić na karmienie łyżeczką i kubkiem, rezygnując z butelki. Rodzice powinni zwracać uwagę, by dziecko nie ssało kciuka, gdyż czynność ta może przyczynić się do powstawania wad zgryzu.

 Na ćwiczenie narządów artykulacyjnych i poprawne mówienie niekorzystnie wpływa używanie smoczka uspokajacza, kubeczka-niekapka, ssanie palca, wargi, policzka, pieluszki czy zbyt długie korzystanie z butelki – czynności te przyczyniają się do powstawania wad zgryzu. Musimy pamiętać o tym, by zarówno smoczek, jak i butelkę odstawić w okolicach 1r.ż. dziecka!!!

***Czym jest wada wymowy i jakie są jej rodzaje?***

Gdy wymowa odbiega od normy ogólnie przyjętej w danym języku, począwszy od drobnych nieprawidłowości w realizacji poszczególnych głosek, aż po ciężkie wady utrudniające kontakt z otoczeniem. Odchylenia w mowie mogą dotyczyć zasobu słownictwa (leksyka), umiejętności posługiwania się formami gramatycznymi lub rozumienia ich funkcji, realizacji fonemów lub ich odbioru.

Największą grupę wad wymowy na etapie nauczania początkowego stanowią wady artykulacyjne zwane ***dyslalią***. Jest to nieprawidłowość w wymawianiu jednej, wielu, a nawet niemal wszystkich głosek od razu. Wymowa jest wtedy niewyraźna, mało zrozumiała, aż do tzw. bełkotu.

Najogólniej dyslalia obejmuje:

1. mogilalię (elizje), tj. opuszczanie dźwięków (krowa- kowa);
2. paralalię (substytucje, czyli zamienianie głosek jednych przez drugie);
3. dyslalię właściwą (wszelkie zniekształcenia głosek).

Ze względu na nazwę głosek nieprawidłowo artykułowanych (wypowiadanych) dyslalię dzieli się na:

a) **sygmatyzm** tj. seplenienie (sz, ż, cz, dż jako s, z, c, dz; czy s, z, c, dz jako ś, ź, ć, dź);

b) **mowa bezdźwięczna** (woda-fota, żaba-szapa, baba - papa);

c) **rotacyzm**, tj. reranie (wadliwa wymowa gł. r);

d) **lambdacyzm** (wadliwa wymowa gł. l);

e) **kappacyzm** (wadliwa wymowa gł. k);

f) **gammacyzm** (wadliwa wymowa gł. g);

g) **rynolalia**, tj. nosowanie (nosowa wymowa głosek ustnych lub odwrotnie).

Drugim, co do częstotliwości występowania u dzieci rodzajem zaburzenia mowy, jest ***jąkanie***. Najogólniej mówiąc polega ono na zaburzeniu koordynacji narządów: oddechowego, artykulacyjnego i fonacyjnego. Obserwuje się wzmożone napięcie mięśni związanych z mową, np. wiązadła głosowe zaciskają się, zachodzą na siebie, głos wydobywa się z trudem.

***Jak przebiega prawidłowy rozwój mowy?***

(znalezione w sieci)

Rozwój mowy nie przebiega jednakowo u wszystkich dzieci. Niejednakowa jest też kolejność przyswajania sobie przez dziecko poszczególnych głosek. Stopień rozwoju mowy zależy od psychofizycznego rozwoju dziecka oraz od wpływu środowiska, w którym się wychowuje. Dopuszcza się 6-miesięczne opóźnienia między poszczególnymi okresami mowy.

Znaczne opóźnienie w kształtowaniu się mowy dziecka w stosunku do norm rozwojowych określa się mianem ***opóźnionego rozwoju mowy.*** Jeżeli do 3 roku życia mowa nie rozwinie się (dziecko wymawia tylko pojedyncze wyrazy) należy podejrzewać opóźniony rozwój mowy. Opóźnienie rozwoju mowy może przejawiać się w:

1. późniejszym pojawieniu się gaworzenia,
2. późniejszym pojawieniu się pierwszych słów,
3. ubóstwie słownika (mała liczba używanych i rozumianych słów),
4. późniejszym pojawieniu się zdań prostych i złożonych,
5. używaniu nieprawidłowych form gramatycznych,
6. przedłużającym się okresie swoistej mowy dziecięcej.

Prosty opóźniony rozwój mowy i artykulacji wyrównuje się samoistnie lub w wyniku stymulacji około 5 roku życia dziecka.

***Normy rozwojowe***

Normą rozwojową jest, jeśli dziecko w wieku:

* 0 - 1 roku - komunikuje się z dorosłymi za pomocą krzyku, uśmiechu, głuży, gaworzy, wymawia pierwsze wyrazy: mama, tata, baba, lala;
* 1 - 2 lat - używa prawie wszystkich samogłosek (a, e, i, o, u, y) z wyjątkiem nosowych (ą, ę) oraz wymawia niektóre spółgłoski ( p, b, m, t, d, n, k, ś, ź, ć dź, ch); pozostałe zastępuje innymi.
* 3 lat - porozumiewa się prostymi zdaniami, wymawia wszystkie samogłoski i spółgłoski (p, pi, b, bi, m, mi, n, ni, f, fi, w, wi, t, d, n, l, li, ś, ź, dź, j, k, ki, g, gi, ch);
* 4 lat – wymawia głoski s, z, c, dz;
* 5 – 6 lat – wymawia głoski sz, ż, cz, dż;
* 6 – 7 – wymawia głoskę r;
* 7 lat – ma utrwaloną poprawną wymowę wszystkich głosek oraz opanowaną technikę mówienia.

**Dlaczego trzeba utrwalać prawidłową wymowę z dzieckiem w domu, a nie wystarczy tylko na zajęciach z logopedą?**

 Rodzice, jak nikt inny mają zasadniczy wpływ na rozwój dziecka (w tym na rozwój prawidłowej mowy).

 W większości sytuacji same ćwiczenia w gabinecie z logopedą to za mało, aby pobudzić u dziecka prawidłowy rozwój mowy. Konieczne jest regularne kontynuowanie ćwiczeń logopedycznych również poza zajęciami logopedycznymi. Wówczas następuje utrwalanie i rozwój umiejętności, które dziecko nabyło podczas pracy z logopedą.

Regularna praca nad wymową w domu (poza zajęciami logopedycznymi) przyspiesza nabywanie prawidłowej mowy, podczas gdy brak tej pracy - opóźnia nabywanie umiejętności prawidłowego posługiwania się mową.

**O czym należy pamiętać wykonując ćwiczenia logopedyczne  w domu?**

1. Należy zadbać o stałą porę wykonywania ćwiczeń. Dziecko łatwiej zaakceptuje konieczność wykonywania ćwiczeń logopedycznych, jeśli staną się one częścią codziennego rytuału. W przypadku młodszych dzieci jako punkt odniesienia w czasie można wybrać rodzaj zajęć, po których, lub przed którymi następują ćwiczenia (np. ćwiczymy dwa razy dziennie – raz po obiedzie, a raz przed dobranocką). **(STAŁA PORA ĆWICZEŃ)**

**2. KRÓCEJ ALE CZĘŚCIEJ -** lepiej ćwiczyć krócej, po kilka razy dziennie niż raz a długo. Wówczas ćwiczenia nie będą takie nużące. Takie rozłożenie w czasie ma też korzystny wpływ na kształtowanie się nawyków prawidłowego mówienia. Dziecko stopniowo przyzwyczaja się do tego, aby regularnie zwracać uwagę na to, jak mówi, a nie tylko raz w tygodniu czy raz na 2 tyg. w gabinecie logopedycznym. W ten sposób wypracowuje u siebie mechanizm autokontroli mowy i sprawniej przejdzie etap utrwalania w mowie spontanicznej.

3. Zadbajmy o to, aby jak najwięcej uczyć poprzez zabawę. Ćwiczenia nie mogą być dla dziecka karą, tylko przyjemnością. Można zaopatrzyć się w kilka atrakcyjnych pomocy dydaktycznych lub przygotować je razem z dzieckiem. Własnoręczne przygotowanie pomocy do ćwiczeń dodatkowo wzmocni poczucie więzi między nami i dzieckiem, a także sprawi, że dziecko chętniej weźmie udział w „wykorzystaniu” nowej zabawki dydaktycznej.  Można też wykorzystać ulubione  zabawki dziecka, aby wpleść w zabawę „logopedyczne treści edukacyjne” (np. wyrazy zawierające ćwiczoną głoskę lub ćwiczenia buzi, języka, ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia emisji głosu). **(NAUKA PRZEZ ZABAWĘ)**

4. Rozwijaj u dziecka prawidłową wymowę angażując wiele zmysłów. Im więcej zmysłów dziecka zaangażujemy w rozwój i kształtowanie prawidłowej mowy i komunikacji, tym skuteczniejsze będą nasze zabiegi i działania w tej sferze.

5. A co jeśli czasem trzeba wykonać żmudne i mało ciekawe ćwiczenia? Przeplataj zabawę nauką! Równie dobrze można poprosić dziecko o powtarzanie słów, zwrotów i zdań kiedy koloruje lub bawi się czymś spokojnie, albo wykonywać miny przed lustrem podczas codziennych czynności higienicznych. Nie bójcie się żmudnych ćwiczeń! Nasze pociechy muszą przyzwyczajać się, do tego, że od czasu do czasu trzeba zrobić coś, co jest z pozoru nieciekawe i nudne. Raczej staraj się pokazać, że nawet pozornie nudne zajęcia można uczynić przyjemnymi, jeśli się odpowiednio za to zabrać.(**PRACA POPŁACA)**

6. Wykorzystuj każdą naturalną sytuację, aby „przemycić” kilka słówek do utrwalenia lub ćwiczeń. W jednym z kolejnych akapitów znajduje się kilka propozycji, które można wykorzystać podczas codziennych czynności lub wykonywania obowiązków. (**NAUKA „PRZY OKAZJI”**)

7. Ćwicz razem z dzieckiem. Czasem dorośli wstydzą się robienia dziwnych min przed lustrem. Niepotrzebnie! To sposób na wspólną zabawę ☺ (**ĆWICZYMY RAZEM)**

8. Staraj się przystępować do ćwiczeń zrelaksowanym (dotyczy to zarówno dorosłych, jak i dziecka). Nie odkładaj ćwiczeń na sam koniec dnia, kiedy wszyscy są zmęczeni. Trudniej wówczas współpracować i efekty też będą gorsze. (**RELAKS)**

9. Zaangażuj całą rodzinę do zabaw utrwalających wymowę. Można pokazać domownikom, jak się „bawić w poprawne mówienie” i bawić się razem! Dla dziecka będzie to przyjemna odmiana i przede wszystkim czas spędzony z najbliższymi. (**WSPÓŁPRACA**)

10. **Dbaj o prawidłowość własnej wymowy**. Bywa, że dorośli mówią niedbale, zbyt szybko, mało wyraźnie. Pamiętaj, że przykład idzie z góry! Zadbaj o prawidłowość własnej wymowy na miarę swoich możliwości.

11. Uświadamiaj dziecko, jakie skutki przyniosą wykonywane ćwiczenia/zabawy logopedyczne. Starszym dzieciom można przedstawić korzyści krótko i długofalowe, jak np. akceptacja ze strony rówieśników, brak strachu przed wypowiadaniem się na forum klasy. Młodszym dzieciom możemy powiedzieć,  że język będzie silny, buzia będzie umiała robić różne trudne sztuczki, a słowa, które wydawały się do tej pory trudne do wymówienia będą „odczarowane”, czy też „obudzone z głębokiego snu”, bo wszystkie chcą być używane. (SUKCES DZIĘKI WSPÓLNEJ PRACY)

12. B**ądź cierpliwy i konsekwentny.** Nie wolno wyśmiewać dziecka, jego wady ani braku postępów. „Nie od razu Rzym zbudowano”. Czasem mijają długie tygodnie zanim pojawią się pierwsze efekty terapii. Konsekwencja w realizowaniu ćwiczeń logopedycznych w domu jest kluczem do sukcesu!

Podsumowując: ***Jak mogę pomóc w terapii logopedycznej mojego dziecka?***

* Regularnie wykonuj z dzieckiem ćwiczenia zadane przez logopedę. Lepiej ćwiczyć często, a krotko, niż rzadko, ale długo - to męczące.
* Ćwiczcie poprzez zabawę, ale także podczas zwykłych, codziennych czynności.
* Nie krzycz na dziecko, jeśli coś mu nie wychodzi.
* Dbaj o swoją mowę - mów wolno, wyraźnie i poprawnie.
* Kontroluj postępy terapeutyczne dziecka.
* Nagradzaj sukcesy (te małe i te duże)!

Ważna kwestia: ***motywacja.***

 Motywacja do ćwiczeń to coś, co raczej nie przyjdzie samo. Jeśli jesteście szczęściarzami, których dziecko „samo chce”, to wspaniale! Pamiętajmy, że nawet najchętniej współpracujące dziecko miewa czasem „przestoje” w rozwoju i swoje „kryzysy” związane z motywacją do ćwiczeń. Są one zjawiskiem naturalnym. Motywację trzeba cegiełka po cegiełce budować i wzmacniać.

 Motywowanie dziecka do ćwiczeń logopedycznych w domu zacznij od… siebie!  Tak, to nie żart. Czasem my dorośli mamy większy problem do zmotywowania samych siebie do ćwiczeń w domu. W ogromnym pędzie codzienności, w niezliczonej ilości obowiązków i kłopotów, traktujemy takie ćwiczenia jako „jeszcze jeden ciężki kamień w naszym plecaku”. A można przecież inaczej. Jeśli potraktujemy ten czas jako „bycie razem”, dołożymy do wszystkiego dobrą zabawę i więź emocjonalną, to efekty przyjdą łatwiej niż się spodziewamy.

 Chwalmy dziecko nawet za najmniejsze postępy – nic tak nie zmotywuje do dalszej pracy jak pochwały ze strony bliskich i ważnych dla niego osób. W trakcie ćwiczeń wystarczy krótkie i entuzjastycznie wypowiedziane: „Dobrze!”, „Świetnie!”, „Dobrze sobie radzisz!”, „Właśnie tak!”, „Super!” , „Pięknie!”. Tuż po ćwiczeniach podsumujmy krótko pracę dziecka: „Świetnie Ci dziś poszło!”, „Mówisz coraz wyraźniej!”, „Dobra robota! Brawo, tak trzymaj!”. (**NAGRODY**)

**CHWAL DZIECKO NAWET ZA NAJMNIEJSZE EFEKTY!!!**

 Małe (cząstkowe) nagrody  rzeczowe – Dziecko musi wiedzieć, że robi postępy. Jeśli ładnie dziś ćwiczyło nagrodź jego ciężką pracę. Przygotuj tabelę w której będziecie naklejać naklejki, przybijać stempelki, rysować małe obrazki za dobre wykonanie ćwiczeń w ciągu dnia. Dzieci ucieszą się też z małych porcji smakołyków jako nagrody (najlepiej „przemycić” zdrowe przysmaki naszych milusińskich!).

 Duże nagrody – otrzymywane przez dziecko po osiągnięciu pewnego etapu (np. uzbieraniu określonej liczby naklejek, stempelków czy obrazków – nagród cząstkowych). Może to być wyjście do jakiegoś „przybytku” zabaw, zrobienie razem z mamą i tatą jakiejś niecodziennej rzeczy. Należy umówić się wcześniej, co będzie nagrodą i po jakim etapie dziecko może ją otrzymać. Przypominajmy często o tzw. „dużej nagrodzie”.

**Dostaliśmy ćwiczenia logopedyczne do wykonywania domu – jak je stosować na co dzień?**

1. Zastanówmy się z jakimi sytuacjami na co dzień masz do czynienia (jazda autobusem do szkoły, jazda samochodem, czynności higieniczne, np. mycie zębów, kąpiel, przygotowanie posiłków, prasowanie, pranie, zakupy, odrabianie lekcji, wspólna zabawa, czytanie dziecku książki…).

2. Wybierz te sytuacje, w których jesteś razem z dzieckiem i zapisz nazwę sytuacji – każdą na osobnej karteczce (np. spacer, zakupy, jazda samochodem do szkoły itd.).

3. Przyporządkuj ćwiczenia do sytuacji, w których możesz je wykonać. Przygotuj sobie „rozkład zajęć” na kolejne dni .

4. I… Ćwiczcie razem! Masz już opisane ćwiczenia, wiesz, kiedy możesz je z dzieckiem wykonać. Teraz pozostaje nam tylko działać z nastawieniem na sukces!

**Przykłady zabaw logopedycznych, które można wykonywać w codziennych sytuacjach**

* robienie bąbelków w kubku do płukania jamy ustnej rurką do napojów;
* przenoszenie chrupek z miski do miski za pomocą rurki do napojów;
* oblizywanie warg posmarowanych dżemem, miodem lub kremem czekoladowym;
* pice gęstych napojów przez cieniutką rurkę (soki, rozrzedzony budyń, kisiel czy shake);
* można przykleić do podniebienia opłatek lub kawałek andrucika, dziecko powinno go odkleić językiem szeroko otwierając przy tym usta;
* sytuacja „Zakupy”; podczas wkładania zakupów do wózka: dziecko ma włożyć tylko te produkty, które mają w nazwie ćwiczoną głoskę;
* sytuacja „Zakupy”; w długiej kolejce do kasy:  dziecko nazywa produkty z ćwiczoną głoską, które znalazły się w wózku;
* rozmawiaj z dzieckiem o tym, co robiło na zajęciach logopedycznych; dzieci chętnie o tym opowiedzą przy okazji utrwalając zdobyte tam umiejętności;
* kiedy dziecko utrwala wymowę głoski w mowie spontanicznej, możemy umówić się na sygnał, który wskaże dziecku, że „zapomniało się” i mówi „po staremu”, np. rodzic nie odpowiada na pytanie dziecka, jeśli ono mówi niepoprawnie. UWAGA: tę metodę można stosować wówczas, gdy dziecko dobrze opanowało już wymowę danej głoski i uczy się używania jej w codziennych sytuacjach (czyli kształtuje nawyki używania głoski na co dzień);
* przygotuj pomoce do ćwiczeń razem z dzieckiem lub wykorzystajcie gry i zabawki, które posiadacie już w domu;
* wykonaj grę planszową, w której będą wykorzystane słowa, zwroty lub zdania do utrwalenia; może to też być „Memo” czy „Piotruś” z obrazkami, których nazwy zawierają ćwiczone głoski;
* dla małych odkrywców – zagrajcie z dzieckiem w grę „Poszukiwanie skarbów”; ukryte skarby to karteczki ze słowami, wyrażeniami lub zdaniami do utrwalenia, albo ćwiczeniami – zadaniami do wykonania; chowamy je w różnych miejscach domu i rysujemy mapę z drogą do „skarbów”; zadaniem dziecka jest je odnaleźć, a następnie prawidłowo powtórzyć; samo odnalezienie „skarbu” jest już nagrodą, ale można ustanowić dodatkową nagrodę – punkt za prawidłowe powtórzenie materiału językowego;
* rysuj obrazki, które dzieci muszą pokolorować lub dokończyć wymawiając przy tym trudne słowa (w trakcie rysowania prowadzimy dialog z dzieckiem w taki sposób, aby w odpowiedziach musiało użyć „trudnych” słów z ćwiczonymi głoskami);
* w zabawie z dzieckiem wykorzystaj „trudne” wierszyki lub zabawy paluszkowe.

Podsumowując:

* ***motywowanie*** poprzez nagradzanie,
* ***motywowanie*** poprzez uatrakcyjnianie ćwiczeń,
* **motywowanie** poprzez właściwą organizację ćwiczeń,
* Inne czynniki motywujące :)

Życzę dobrej zabawy podczas ćwiczeń i otwartego umysłu :)

 Opracowała:

mgr Marta Marciniak

logopeda kliniczny z PPP w Warcie