

## Cz. II

Kontynuując temat nie płynności potocznie nazywanej jąkaniem warto zwrócić uwagę na **to co robić, jak się zachować w sytuacji, która nas zaniepokoiła**. I tak jeśli objawy nie płynności 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 wzmacniać napięcie emocjonalne. A 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 uświadamiaj mu tego.
- Reaguj na całość komunikacji a nie na fakt jąkania.
- Pomóż dziecku, by nabrało zaufania do swego mówienia mimo nie płynności.
- 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 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 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 dyskusowanie 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 wzmacnia 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 niepełności mówienia, udać się do logopedy, który postawi diagnozę i zaleci odpowiednie postępowanie. Potem do tych wskazówek należy się już tylko zastosować.

*Jadwiga Pluta*