

Stymulacja logopedyczna

Zapewnienie dziecku prawidłowego rozwoju to podstawowe zadanie rodziców. Wszelkie zaniedbania w tym względzie mogą spowodować opóźnienia a nawet zaburzenia ogólnego rozwoju w tym także rozwoju mowy. Prawidłowy rozwój mowy dziecka wpływa na globalny rozwój jego osobowości. Dziecko poznaje otaczający świat dzięki rozumieniu mowy, a umiejętność mówienia pozwala mu wyrazić swoje spostrzeżenia, uczucia i pragnienia. Optymalne warunki dla prawidłowego rozwoju mowy rodzice mogą zapewnić dziecku już od momentu jego narodzin. Są bowiem osobami przebywającymi z dzieckiem najdłużej, najlepiej znają jego osobowość i temperament. Mają więc największe możliwości wpływania na jego rozwój. Są pierwszym i najważniejszym wzorem, który dziecko będzie próbowało naśladować.

Dla prawidłowego rozwoju dziecka ważne jest więc podejmowanie przez najbliższe otoczenie czynności stymulujących jak najwcześniej. Stymulacja logopedyczna powinna obejmować: czynności artykulacyjne, zdolność naśladowania i rozumienia oraz zachowania społeczne warunkujące pojawienie się języka. Systematyczne dawki ćwiczeń przygotowujące do prawidłowego wypowiadania wzorcowych głosek języka polskiego, powinny przebiegać dwutorowo. Z jednej strony muszą stanowić klasyczny trening mowy. Z drugiej strony należy pamiętać o umiejętnym wplataniu elementów ruchu całego ciała wraz z usprawnianiem małej motoryki. Przykładami ćwiczeń bezpośrednio dotyczących czynności mówienia są: usprawnianie narządów mownych, terapia oddychania, recytacje z elementami dźwiękonaśladowczymi, zabawy i czynności codzienne poparte słowem, czytanie i opowiadanie bajek. Powiązanie mowy z ruchem ma miejsce podczas: zabaw paluszkowych, wyliczanek, deklamowaniu wierszy z obrazowaniem ich ruchami ciała.

Podstawową czynności stymulacyjną jest częste mówienie do dziecka. W stanach ożywienia i zabawy dziecko powinno słyszeć głos opiekunów. Staramy się przy tym mówić prostymi zdaniami, używając zwięzłego języka i znanych dziecku słów. Często stosujemy powtórzenia, używając tego samego słownictwa w różnych sytuacjach. Mówiąc. Koniecznie nawiązujemy kontakt wzrokowy w czasie rozmowy.

Stosujemy tzw. "kąpiel słowną", która polega na mówieniu o wszystkim, co dziecko otacza. Wykorzystujemy do tego zwykłą codzienną aktywność. Jak najwcześniej przemawiamy do dziecka podczas codziennej pielęgnacji. Nazywanie otaczających malca przedmiotów, wykonywanych właśnie czynności czy odczuwanych emocji jest podstawą dostarczania poprawnych wzorców językowych. Słuchanie jest pierwszym etapem rozwoju mowy. Dziecko uczy się mówić poprzez naśladownictwo, trzeba więc wielu bodźców słownych dla późniejszej bogatej leksyki. Nazywanie wykonywanych czynności, oglądanych przedmiotów czy emocji pomaga w poznawaniu świata nie tylko dzieciom prawidłowo rozwijającym się, lecz także maluchom, u których rozwój przebiega nieharmonijnie. Zabawę klockami, czytanie książeczki przed snem, gotowanie czy nawet wycierani kałuży mleka z

podłogi rodzice mogą potraktować jako punkt wyjścia do nauki mówienia, która w ten sposób przebiegać będzie w sposób naturalny, w formie gry lub zabawy, w życzliwej i serdecznej atmosferze. Warunki takie o wiele trudniej jest uzyskać w gabinecie logopedycznym, w niecodziennym dla dziecka otoczeniu. Wykonując daną czynność przy dziecku opowiadamy o niej, komentujemy własne czynności. Mówimy o tym, co się dzieje tu i teraz.

Od szóstego miesiąca życia, kiedy dziecko zaczyna częściej przyjmować pozycję siedzącą, rodzice powinni nazwać, te fragmenty rzeczywistości, na które dziecko właśnie patrzy. Chwile, kiedy interesuje się ono czymś w swoim otoczeniu, ułatwiają mu zapamiętywanie słyszanych słów. Pamiętamy, by mówić do dziecka wyraźnie, dosyć wolno i co najważniejsze – prawidłowo. Nie spieszczamy słów, nie mówimy językiem dziecka, a raczej powtarzamy jego słowa w prawidłowym brzmieniu.

Podczas rozmów z dzieckiem dorośli tworzą jego „językową bazę danych”, więc to, że dziecko nie potrafi wypowiadać nawet pojedynczych słów lub zakres jego słownictwa jest bardzo wąski, nie oznacza jednak, że słownictwo stosowane w wypowiedziach skierowanych do niego również ma być tak ubogie. Wręcz przeciwnie, dziecko powinno stykać się z szerokim zakresem słów i zwrotów po to, aby stworzyć sobie językowy potencjał.

Rodzice powinni wzmacniać wokalizacje dziecka poprzez naśladowanie wydawanych przez nie dźwięków. Warto powtarzać głównie dźwięki typowe dla języka ojczystego. Staramy się przekształcać komunikaty dziecka (także mimikę, gesty) w tekst. Odpowiadamy na gaworzenie i sylabizowanie dziecka. Wypowiadany do dziecka zdaniom musi towarzyszyć wyrazista mimika oraz czytelny gest (np. wyciągnięcie ręki podczas wypowiadania „daj” lub charakterystyczne rozłożenie rąk przy mówieniu „nie ma”). Używamy gestów zawsze łącznie z poleceniem i komunikatami słownymi. Nie przerywamy dziecku, pozwalamy dokończyć wypowiedź. Nie zmuszamy, lecz zachęcamy do mówienia. Odpowiadamy pełnymi zdaniami na pierwsze słowa malca. Stosujemy zdania niedokończone oraz uzupełnianie luk w zdaniach (z pomocą zabawki, obrazków itp.). Prowadzimy przy dziecku dialog, tzn., zadajemy sobie pytania i odpowiadamy na nie.

Warto wykorzystywać zabawy paluszkowe, np. Sroczka, Mam pięć paluszków, Czapla, Kominiarz, Dwa Michały itp. Stanowią one prosty sposób na nawiązanie kontaktu z małymi dziećmi, które jeszcze nie mówią. Dają możliwość rozwijania podstawowego słownictwa dziecka, jak i zapoznanie z różnymi fragmentami ciała malucha.

Aby dziecko mogło naśladować język i szybko zacząć mówić, należy zadbać o zapewnienie mu dużej liczby bodźców werbalnych możliwych do powtórzenia. Najłatwiejsze – przed ukończeniem pierwszego roku życia – do powtórzenia są tzw. onomatopeje, czyli wyrazy dźwiękonaśladowcze. Onomatopeje powinny przeważać na początku drugiego roku życia. Stanowią one podstawę pierwszych dialogów małych dzieci z dorosłymi. W przypadku niemówiących dwu-, trzylatków wdrażanie małego dziecka do stosowania, w miejscu słów, dużej liczby wyrazów dźwiękonaśladowczych jest zasadniczym elementem oddziaływań

logopedycznych. Wypowiadanie wyrazów dźwiękonaśladowczych sprawia, że niemówiące dotąd dziecko utrwała wiele głosek, sylab i zbitkę spółgłoskowych, stanowiących fundament dla przyszłych konwersacji z otoczeniem. Częste i głośne powtarzanie przez rodzica, np. krótkich tekstów rymowanych zawierających na końcu wersu wyraz dźwiękonaśladowczy, prowadzi w efekcie do współuczestnictwa w recytacji. Użycie onomatopei oswaja także z akcentem, rytmem i melodią wypowiedzi, a więc prozodycznymi elementami języka. Zabawy dźwiękonaśladowcze prowadzimy najpierw z wykorzystaniem samogłosek, Łączenie wyrazów dźwiękonaśladowczych z adekwatnymi desygnatami (obrazek, zabawka) pozwala dziecku w atrakcyjny sposób powtarzać je.

Rodzice stymulują rozwój języka także poprzez wspólne czytanie bajek i opowiadanie. Czytając z dzieckiem książeczki, dorosły wskazuje na znajdujące się na ilustracjach przedmioty i podaje ich nazwy. Tak samo nazywa czynności oraz cechy przedmiotów (zwłaszcza takie, jak wielkość, kolor i cechy osób). Zawsze nazywamy to, co widzimy na ilustracjach. Czytanie i opowiadanie dzieciom wzbogaca ich słownictwo, rozwija wyobraźnię i wdraża do późniejszego samodzielnego czytania.

W zabawach stymulujących rozwój mowy rodzice powinni jak najczęściej wykorzystywać rymy i rytmy. Śpiewamy dziecku kołysanki lub czytamy wierszyki, szeptem - raz do jednego, raz do drugiego ucha. Maszerując do wystukiwanego rytmu, razem recytujemy wierszyki. Ćwiczymy też mówienie szeptem, np. wraz z innymi domownikami bawimy się w tzw. "głuchy telefon". Przyjemność aktywnej zabawy połączonej z rytmiczną recytacją stanowią wyliczanki. Ćwiczą one umiejętność wybrzmiewania trudnych zbitek wyrazowych, zaznajamiają z nowymi wyrazami. Zabawy z wyliczankami utrwalają elementy prozodyczne wypowiedzi niezwykle istotne w mówieniu. Matematyczne wyliczanki dodatkowo zapoznają dziecko z cyframi i liczeniem. Obrazowanie wierszy gestami, łączenie tekstów rymowanych ze wskazywaniem odpowiednich przedmiotów, równocześnie bawi i uczy dzieci. Wielokrotne powtarzanie tekstów pozwala poznawać nowe słowa i ćwiczyć pamięć. Nazywanie i wskazywanie, np. poszczególnych części ciała, orientuje dziecko w schemacie własnego ciała. Korzystne jest ilustrowanie ruchem wierszyków i piosenek z wykorzystaniem dużego lustra.

Rysowane wierszyki są połączeniem słowa i odpowiednio dostosowanej formy graficznej. Kreślenie symboli desygnatów z równoczesną recytacją prostych tekstów rymowanych zmusza dziecko do śledzenia ruchu i słuchania tekstu. Wielokrotność powtórzeń sprzyja wymawianiu przez dziecko początkowo ostatnich sylab w wersach, następnie wybranych wyrazów i w końcu recytacji całego tekstu.

Bardzo ważne jest podniesienie sprawności dłoni i dotykowa stymulacja dłoni różnymi bodźcami. W ramach ćwiczeń grafomotorycznych stosujemy więc zabawy z plasteliną, kredkami (najlepiej grubymi, miękkimi, świecowymi), farbami. Ćwiczenia koordynacji wzrokowo – ruchowej u dzieci najmłodszych należy rozpoczynać od ćwiczeń palców i dłoni,

przechodząc do zabaw graficznych na dużych formatach, z wykorzystaniem naturalnych surowców, np. piasku, kaszy czy masy solnej.

Ćwiczmy z dzieckiem narządy mowy (język, wargi, żuchwę i podniebienie miękkie) w formie zabawy, podczas codziennych czynności, np. przy jedzeniu oblizujemy się jak kotek po wypiciu mleczka, zlizujemy jak kotek jogurt, budyń, miód, krem czekoladowy z talerzyka, próbujemy dotknąć językiem podniebienia, kącików ust itd. Robimy przed lustrem śmieszne miny – wypychamy językiem policzki, nadymamy policzki jak baloniki, układamy wargi w ryjek – jak do cmokania. Kreślimy w powietrzu kółka wysuniętym językiem, na zmianę kierujemy język na boki, w górę do nosa, w dół na brodę. Potem dziecko dotyka językiem wszystkich zębów. Takie „zabawy w miny” czyli trening narządów mownych jest wstępem do późniejszego sprawnego ich ułożenia podczas wypowiadania poszczególnych dźwięków, wyrazów, zdań i dłuższych wypowiedzi.

Stosujemy ćwiczenia oddechowe polegające na wprawianiu w ruch lekkich przedmiotów takich jak np. papierki, waciki, piórka, papierowe zabawki itp. Bawimy się w nadmuchiwanie baloników, chuchanie na lusterko lub zmarznęte ręce, puszczenie baniek mydlanych, zdmuchiwanie płomienia świecy, dmuchanie na wiatraczek, w gwizdek itp. Pozwalamy na wybranie przez dziecko ulubionego ćwiczenia jako formy nagrody.

Ogromnie istotnym zadaniem rodziców jest stworzenie dziecku możliwości wchodzenia w interakcje językowe z wieloma różnymi rozmówcami, co zapewnia mu konieczną dla jego rozwoju różnorodność doświadczeń. Dla rozwoju intelektualnego, językowego i społecznego dziecka ważne są także jak najwcześniejsze relacje rówieśnicze. Począwszy od trzeciego roku życia są one wręcz niezbędne. Rodzice powinni więc zapewnić dziecku kontakt z rówieśnikami. Jak najbardziej wskazany jest dla dziecka pobyt w grupie przedszkolnej. Stymulacja ze strony grupy rówieśniczej jak również systematyczne zajęcia edukacyjne z pewnością przyspieszą opanowywanie prawidłowej mowy.

W razie jakichkolwiek wątpliwości należy jednak zwrócić się o pomoc logopedy, ponieważ wczesna stymulacja rozwoju mowy zwiększa szansę na jej powodzenie.