

Co to jest jąkanie?

Jąkanie polega na zaburzeniu pracy narządów- artykulacyjnego, fonacyjnego i oddechowego, przy którym widoczne jest znaczne napięcie mięśni. Skurcze mięśni fonacyjnych uniemożliwiają rozwarcie strun głosowych, zaburzone jest tempo i rytm mowy. Dochodzi do mówienia na wdechu, skurczów kratni, powtarzania sylab, zacinania. Wśród przyczyn jąkania można wymienić: czynniki dziedziczne, opóźniony rozwój mowy, osłabiony układ nerwowy, mikrodysfunkcje w mózgu, nadwrażliwość emocjonalną, brak autokontroli słownej. Wpływ może mieć również leworęczność czy poziom testosteronu (częściej występuje u chłopców aniżeli dziewcząt). Nadmierne wymagania w stosunku do dziecka, rozmaite sytuacje stresowe w rodzinie, wymuszanie zmiany z lewej na prawą rękę czy nadmierna ochrona dziecka przed jąkaniami mogą być czynnikami podtrzymującymi je. Jąkanie może pojawić się w każdym wieku, również u osób starszych, np. z powodu przebytego urazu mózgu.

Jeśli dziecko zaczyna się jąkać, jak najszybciej należy skonsultować się z logopedą w celu zdiagnozowania nie płynności mowy. Warto też skorzystać z konsultacji psychologicznej w celu poszerzenia diagnozy i ustalenia sposobów postępowania. Nie należy szukać w innych ani w sobie winy z powodu jąkania dziecka. Trzeba podjąć odpowiednie działania, aby rozwiązać problem. W razie potrzeby można udać się na spotkanie Klubu „J”* w celu uzyskania informacji dotyczących terapii jąkania lub turnusów rehabilitacyjnych dla osób jąkających się. Należy okazywać dziecku wsparcie i zrozumienie, zaakceptować jego uczucia.

Rady dla Rodziców dzieci jąkających się:

- Poświęcaj dziecku więcej czasu- wybierzcie się razem na spacer, do kina.
- Znajdź czas na spokojną rozmowę, słuchaj tego, o czym dziecko mówi, a nie jak mówi. Podczas rozmowy utrzymuj z dzieckiem kontakt wzrokowy.
- Okazuj radość ze wspólnie spędzanych chwil.
- Nie poprawiaj dziecka podczas nie płynnej wypowiedzi.
- Nie zmuszaj dziecka do wypowiadania, jeśli tego nie chce.
- Zwolnij tempo mówienia skierowane do dziecka.
- Śpiewajcie razem ulubione piosenki, recytujcie wiersze (w zwolnionym tempie).
- Dopilnuj, aby dziecko systematycznie uczęszczało na terapię logopedyczną. Najlepiej uczęszczaj razem z dzieckiem.

- Uwierz w sukces dziecka, poprawę płynności mówienia, okazuj dziecku zaufanie i szacunek.
- Doceniaj jego wytrwałość i gotowość do pokonywania trudności.
- Nie porównuj dziecka z innymi dziećmi.
- Umożliwiaj dziecku dokonywanie wyborów i samodzielne rozwiązywanie problemów.
- Zachowaj stały rytm dnia (pory posiłków, snu), zadbaj o odpowiednią ilość czasu na wyciszenie, relaks.
- Zapewnij dziecku poczucie bezpieczeństwa- w domu i w grupie rówieśniczej (w ścisłej współpracy z wychowawcą oraz innymi nauczycielami).
- Zachęcaj dziecko do pływania (w bezpiecznym miejscu), które korzystanie wpływa na układ oddechowy i krążenia.
- Dostrzegaj mocne strony dziecka- pozwól dziecku „podszłuchać”, gdy mówisz o nim z dumą i radością.

* Kluby „J” to grupy samopomocy dla osób jękających się, które działają w większości miast w Polsce. Spotkania w klubie „J” to forma terapii jękania, uzupełnienie profesjonalnej terapii logopedycznej. Najbliższy Klub „J” znajduje się w Toruniu.

Więcej informacji na stronie: <http://jakanietorun.pl/logopedia-w-toruniu/klub-j-w-toruniu>

Źródło:

Tarkowski Z., *Jękanie*, Warszawa 2002

<http://jakanietorun.pl/logopedia-w-toruniu/klub-j-w-toruniu>