

## JĄKANIE

Jąkanie jest nie płynnością mowy, w której obserwujemy powtarzanie głosek, sylab, słów.

Towarzyszy temu:

- napięcie mięśniowe,
- zaburzone oddychanie,
- „bloki” - niemożność wypowiedzenia,
- tiki, wspótruchy,
- mowa niezrozumiała,
- strach przed mówieniem,
- negatywne myśli o sobie.

Zwykle jąkanie zaczyna się między 3, a 5 rokiem życia lub w czasie dojrzewania. Częściej występuje u chłopców niż u dziewcząt. Jąkanie nie ma stałego nasilenia, występują okresy zacinania i płynnej mowy.

Jąkanie to wynik działania wielu czynników. Należą do nich:

**predyspozycja** (skłonność)

- słabość układu nerwowego,
- występowanie jąkania w rodzinie,
- opóźnienie rozwoju mowy i artykulacji;

**uraz**

- fizyczny,
- psychiczny (szok, przestrasz, nagła zmiana sytuacji dziecka);

**czynniki podtrzymujące**

- nadmierne wymagania,
- sytuacje stresowe,
- wymuszania zmiany leworęczności .

Aby pomóc dziecku jąkającemu, należy obserwować, w jakich sytuacjach jąkanie się nasila. W domu i w otoczeniu trzeba zadbać o spokojną atmosferę oraz wzmocnić poczucie bezpieczeństwa. Słuchać cierpliwie, co dziecko ma do powiedzenia, nie przerywać, nie wypowiadać za niego słów.

Poświęcić dziecku więcej czasu na wspólne zabawy, spacer, czytanie bajek oraz rozmowy z nim. Chwalić dziecko za to, co robi i jakie jest.

Należy unikać uwag typu:

- „Mów wolniej” ,
- „Powtórz jeszcze raz” ,
- „Nie denerwuj się”.

Nie komentować przy dziecku jego niepełności w mówieniu. Nie powinno się chronić dziecka przed ustnymi wypowiedziami, wręcz stwarzać mu sytuacje, w których będzie trenować swoją mowę i nabywać umiejętności radzenia sobie w codziennym życiu.

***„Do jąkania można podejść jak do bólu, który trzeba przezwyciężyć, a niekiedy oswoić się, z nim, czy też traktować je jak kolejne w życiu wyzwanie, któremu należy stawić czoła, aby móc dążyć do o wiele ważniejszych życiowych celów”.***

Warto i należy podjąć wysiłek, aby rozpocząć terapię jąkania jak najszybciej, kiedy zaniepokoi nas stan mowy dziecka. Osoby dorosłe zaś nic powinny unikać terapii i rezygnować z pomocy logopedy.

Opracowała: Martyna Tomella - logopeda