

Krótką historia o tym, jak uniknąć wad wymowy

Bardzo ważnym elementem profilaktyki wad wymowy jest świadomość rodziców dziecka oraz Jego najbliższego otoczenia. Przez „najbliższe otoczenie” mam tu na myśli wszystkie osoby, które poprzez wspólne zamieszkanie z dzieckiem czy częste z Nim przebywanie wpływają tym samym na Jego rozwój mowy i komunikowania się.

Drogi Rodzicu!

- 1) Zwróć uwagę na budowę narządów mowy czyli warg, języka, podniebienia miękkiego i twardego oraz warg. Jeśli coś Cię niepokoi lub nie jesteś w stanie sam określić prawidłowości ich budowy i działania – skonsultuj się z logopedą. A przede wszystkim – przed 1 rokiem życia dziecka: wyrzuć smoczek!
- 2) Zaobserwuj, w jaki sposób dziecko oddycha. Prawidłowy wdech i wydech powinien odbywać się przez nos; jeśli dziecko zajęte np. zabawą milczy, usta powinny być zamknięte. Jeśli w nocy śpi z otwartą buzią, a do tego chrapie lub nadmiernie ślini się – udaj się do laryngologa w celu oceny migdałów i do logopedy zajmującego się terapią miofunkcjonalną.
- 3) Wprowadź jako zabawę gimnastykę buzi i języka. Wykorzystuj moment, gdy myjecie zęby, czekacie na zielone światło, wspólnie pieczenie babeczki itp. Pamiętaj, że solidnie wykonywana gimnastyka może być także wspólną zabawą :-)
- 4) Od momentu, gdy dziecko zacznie otrzymywać stałe pokarmy - ucz je gryzienia. Właśnie gryzienie skórki od chleba, jabłka, marchewki itp. konsystencji ma duży wpływ na prawidłowe funkcjonowanie narządów mowy (właściwe połykanie i ruchy języka oraz ułożenie żuchwy). Pożegnaj miksowanie mięska, rozdrabnianie ziemniaczków i picie przez smoczek.
- 5) Jeśli często musisz powtarzać prośbę czy polecenie skierowane do dziecka, udaj się z Nim do otolaryngologa lub audiologa i koniecznie sprawdź dziecka słuch. Aby dobrze mówić, trzeba najpierw dobrze słyszeć.
- 6) Jeśli Twoje dziecko niechętnie próbuje nowych smaków, nie toleruje różnych konsystencji pokarmów, nie lubi brudzić rąk, nie pozwala dotykać swojej twarzy, unika mycia zębów i włosów – udaj się do terapeuty integracji sensorycznej.
- 7) Jeśli Twoje dziecko jest bardzo ruchliwe, szybko męczą mu się rączki/nóżki podczas aktywności, stojąc wysuwa głowę do przodu i wypycha brzuszek, zsuwa się z krzesła podczas siedzenia – skonsultuj się z fizjoterapeutą.
- 8) Jeśli Twoje dziecko ma krzywe ząbki, „wystające” siekacze, cofniętą lub wysuniętą żuchwę – udaj się do ortodonta. Wady zgryzu też mają związek z wadami wymowy.

- 9) Mówiąc do dziecka, buduj proste zdania poprawne gramatycznie i nie spieszczaj form wyrazów. Dzieci uczą się przez naśladowanie.
- 10) Urządzenia cyfrowe stymulują prawą półkulę mózgową, która odpowiada m.in. za odbiór i przetwarzanie bodźców dźwiękowych oraz obrazowych. Im więcej dziecko korzysta z tabletu czy smartfona, tym gorzej pracuje jego lewa półkula mózgu, decydująca m.in. o odbieraniu i tworzeniu języka. Innymi słowy – przewaga bodźców prawopółkulowych powoduje zaburzenie zwane Opóźnionym Rozwojem Mowy. Do drugiego roku życia maluch w ogóle nie powinien korzystać z urządzeń cyfrowych i oglądać telewizji.
- 11) Czytaj dziecku codziennie, przynajmniej przez 15 minut. Niech to będzie czas poświęcony tylko Jemu. Czytaj głośno i wyraźnie, dzięki temu wzbogacasz słownictwo i uczysz budowania zdań. Modulując głos uczysz dziecko koncentracji uwagi. Więcej o zaletach czytania w artykule „CzytaMY!” już w lutym.

Powodzenia :-)

Sylwia Szczepanik-Pietrzak
neurologopeda