

## ROZWOJOWA NIEPŁYNNOŚĆ MOWY

### KIEDY MAŁE DZIECKO JĄKA SIĘ

Mówiąc małe mamy na myśli dziecko wieku od 2 do 4 lat, przy czym nie należy tych granic traktować bardzo ściśle, raczej rozszerzając je na 3 - 5 lat. Jest to przedział wiekowy, kiedy pojawić się może u dziecka tak zwana fizjologiczna, rozwojowa niepłynność mowy. **Fizjologiczna, rozwojowa czyli mieszcząca się w granicach prawidłowego rozwoju, zrozumiała na danym etapie rozwoju mowy, naturalna.**

Jest to także czas intensywnego kształtowania się mowy i opanowywania systemu językowego. Gwałtownie wzrasta słownictwo oraz chęć i częstotliwość porozumiewania się. Dziecko mówi chętnie i dużo. W stosunkowo krótkim czasie chce zawrzeć jak najwięcej informacji. Rozumie dużo więcej niż potrafi wypowiedzieć, gdyż dopiero uczy się przyswajania pojęć z otaczającego świata. Myśli wyprzedzają możliwości realizacji. Dysproporcje pomiędzy tym, co dziecko chciałoby, a co może powiedzieć, przy ciągle jeszcze mniejszej (w tym wieku) sprawności aparatu artykulacyjnego są przyczyną występowania tego zaburzenia. Jest to tak zwana **rozwojowa niepłynność mówienia lub fizjologiczne jąkanie.**

Termin „fizjologiczna niepłynność mowy” lub „rozwojowa niepłynność mowy” oznacza pewne przejściowe zaburzenia mowy dziecka. Mogą się one ujawniać lub nasilać w określonych okolicznościach, na przykład przy zdenerwowaniu, zmęczeniu, rozmowie z obcymi osobami lub towarzyszą dziecku stale i w jednakowym stopniu przez pewien okres.

Symptomy rozwojowej niepłynności mowy:

- powtarzanie sylab np.: da-da-daj mi lizaka,
- powtarzanie głosek np.: a-a-a, y-y-y,
- powtarzanie wyrazów np.: mam-mam autko,
- przeciąganie głosek np.: uuuuwaga,
- blokowanie wyrazów np.: d...domek,
- pauzy: wyraźne przerwy między wyrazami,
- wtrącenia np.: eee ja chcę eee pobawić się.

Rozwojowa niepłynność mówienia (RNM) ma postać niespastyczną, łagodną, nieuwarunkowaną genetycznie. Dziecko nieświadome zaburzenia nie wykazuje lęku przed mówieniem. **Niepłynność zmniejsza się wraz z wiekiem dziecka w trakcie doskonalenia przez niego systemu językowego.** Okresy poprawy z wiekiem wydłużają się i zaczynają dominować nad okresami niepłynności, które powinny ulegać skróceniu. Bardzo ważna jest właściwa reakcja otoczenia na RNM. Rodzice oraz osoby kontaktujące się z dzieckiem nie powinny zwracać uwagi na jego niepłynność oraz okazywać mu swój niepokój.

Niewłaściwe są wszelkie reakcje, które mogą uświadomić dziecku jego problemy z płynnością, czyli: poprawianie dziecka, przerywanie jego wypowiedzi, nakłanianie do powtórzenia wypowiedzi, radzenie dziecku: „mów powoli”, „nie jąkaj się”, „zastanów się, co powiesz”, „weź głęboki oddech”, „nie denerwuj się”. Jeżeli rodzice zaważą niepłynność u swojego malucha, nie powinni mu tego mówić oraz nazywać tego zjawiska po imieniu.

Dziecko chcąc zadowolić rodziców, zaczyna wówczas przerywać, przeciągać, napinać się. Zaczyna również bać się mówienia. Powstaje błędne koło: dziecko boi się mówić, aby się nie zająknąć, a zająknięcia powstają z powodu lęku przed mówieniem.

Nadmierna koncentracja uwagi dziecka na swojej wymowie może prowadzić do pogłębienia utrwalenia nawyku niepełnego mówienia, a w konsekwencji do trwałego jąkania.

**Ten typ zaburzenia mowy powinien przejść bez ingerencji specjalisty.**

Skąd się biorą te kłopoty?

Główną przyczynę stanowią różnice pomiędzy bogactwem i różnorodnością doznań dziecka a możliwością ich wypowiedzenia, „ubrania w słowa” tego, co dziecko myśli, czuje, co zapamiętało i zauważyło.

Nie sądźmy jednak, że chodzi tu, a zbyt mały zasób słów czyli tak zwany ubogi słownik dziecka, choć to też nie jest bez znaczenia. Ale nawet dziecko, które rozumie i używa wielu słów też może popaść w kłopoty, jeśli sobie ich w porę nie przypomni i nie ułoży w zdania.

Tak więc jąkanie jest przypadłością dzieci wypowiadających się w sposób bardziej skomplikowany, budujących zdania i stawiających pytania. Dzieci porozumiewające się za pomocą pojedynczych wyrazów nie jękają się.

Nasilone i długie jąkanie może zmusić dziecko do skrótowych, jednowyrazowych wypowiedzi, ale jest to zjawisko wtórne i w omawianej sytuacji nie ma miejsca. Trudności, o których mówimy dotyczą dzieci usiłujących zbudować dłuższą wypowiedź, zdanie, relację, opowiadanie. Dziecko pragnie wtedy szczegółowo, dokładnie i wiernie odtworzyć to, co widziało i przeżywało. Poza tym na przeszkodzie staje mu wiele czynników.

1. Wysoki poziom emocji, powodujący zaburzenie oddychania, skrócenie oddechu, „brak oddechu”.
2. Niski poziom zautomatyzowania procesu przekładania myśli na słowa, „myślenia słownego”, stąd konieczność namyślenia się, przypominania, podpowiadania, a w rezultacie - budowanie nieistniejących wyrażań.
3. Nie utrwalone wzorce zdaniowe (jakby przykłady różnego typu pytań, twierdzeń, wykrzykników, równoważników itp.) powodujące, że wypowiedź jest poszarpana, pełna wykrzykników, zdań niedokończonych, oderwanych.
4. **Bardzo ważne – pośpiech** - jest on często zawiniony przez dorosłych - dziecko z góry wie, jak mało czasu przeznacza mama, tata na słuchanie jego opowiadania, widzi zniecierpliwienie rodziców, brak zrozumienia dla relacjonowanej historii itp. Śpieszy się więc, aby prędko uzyskać komentarz, nie stracić zainteresowania, dostać pozwolenie, usłyszeć pochwałę. Pośpiech wywołany sytuacją nakłada się na pośpiech spowodowany pragnieniem prędkiego podzielenia się z najbliższymi swymi myślami, odczuwanymi niezależnie od sytuacji zewnętrznej. Oba te czynniki wzmagają napięcie uczuciowe i utrudniają sprawne mówienie. W rezultacie dziecko denerwuje się, złości, rezygnuje, płacze, krzyczy – w zależności od usposobienia i wagi sprawy.
5. **Zbyt mała sprawność narządów artykulacyjnych** (warg i przede wszystkim języka) nie pozwala na płynne wypowiadanie, wymawianie wyrazów i zdań. Z biegiem czasu powinny być one coraz bardziej wygimnastykowane. Pomaga temu wczesne zaniechanie przecierania pokarmów, podawanie potraw o różnej konsystencji.

Gryzienie, żucie, formowanie kęsów na języku jest podstawowym przygotowaniem buzi do mówienia.

O nie płynności fizjologicznej możemy więc mówić w stosunku do dzieci, których bogactwo przeżyć nie znajduje dostatecznych umiejętności wypowiedzenia. Towarzyszą temu zjawiska typu emocjonalnego (wzmózone napięcie, niecierpliwość, niepokój) spowodowane silnymi przeżyciami, smutnymi lub radosnymi.

Stąd biorą się zaburzenia oddychania: skrócony, sploty oddech, zachłystywanie się powietrzem, brak tchu, nierównomierny oddech, mówienie na wdechu (przy wciąganiu powietrza). Ponieważ mówimy, zawsze wydychając (wypuszczając) powietrze, nabierając odpowiednią ilość powietrza w stosunku do zamierzonej długości wypowiedzi, to wszelkie opisane wyżej zjawiska łatwo u kogoś zauważymy i „wytkniemy” - chociaż sporadycznie zdarzają się one każdemu. Mówimy: „zatkało mnie z oburzenia”, „nie mogłem słowa wymówić z zachwyty”, „ze wzruszenia drżał mu głos”, „ze zdenerwowania zaczął się jąkać”.

**Samo właściwe jąkanie, czyli nieprawidłowe, zniekształcające wymawianie wyrazów w tych okolicznościach dzielimy na 2 typy:**

- **jąkanie kloniczne** polegające na dwu-trzykrotnym powtarzaniu głoski lub sylaby wyrazu sprawiającego trudności (niekiedy każdego kolejnego wyrazu): „chło-chłopiec ko- kopie pi- piłkę”,
- **jąkanie toniczne** powodujące konieczność przełamywania oporu zaciskających się mocniej niż zwykle mięśni krtani, a więc strun głosowych. Dziecko zaczyna mówić z wyraźnym wysiłkiem, po czym kilka wyrazów czy zdań wymawia gładko. Może pomagać sobie dodatkowymi ruchami głowy lub rąk w przełamywaniu tego oporu.
- Często też mamy do czynienia z mieszanymi typami jąkania kloniczno - tonicznego, czyli takim, przy którym występuje wzmózone napięcie mięśni odpowiedzialnych za mówienie w wyniku wzmózonego napięcia emocjonalnego oraz kilkakrotne powtarzanie początków wyrazów.

Dodajmy, że przeciągająca się w czasie i nasilająca nie płynność fizjologiczna, zwłaszcza uświadomiona dziecku, może przekształcić się w jąkanie nawykowe – uciążliwe i trudne do usunięcia.

Tak więc jeśli zauważymy u naszego dziecka opisane wyżej trudności w mówieniu a wiemy, że ma ono bogatą wyobraźnię, skłonność do ulegania emocjom, głębokiego przeżywania i bogatych zainteresowań, to przede wszystkim:

- dajmy mu dostatecznie dużo czasu na wyrażenie tego, co ma do powiedzenia własnym zachowaniem, postawą, gestem, przekonajmy dziecko, że mamy dla niego czas, że słuchamy go uważnie i na pewno zrozumiemy,
- w odpowiedniej chwili podpowiedzmy dziecku właściwy wyraz, dokończmy zdanie, ale na oznaki zniecierpliwienia ze strony dziecka wycofajmy się z pomocą,

- sami też zacznijmy mówić wolniej, spokojniej i o rzeczach bardziej obojętnych by narzucić dziecku wolniejszy tok myślenia i mówienia. Upominanie „mów wolniej” wywoła efekt odwrotny do zamierzonego. Nie możemy uświadamiać dziecku jego potknięć, nie dajmy też po sobie poznać, że martwimy się, czy denerwujemy jego kłopotami z mówieniem.
- W miarę możliwości ograniczmy poruszanie bardzo emocjonujących tematów rozmów, dbajmy o pogodny nastrój domowników, zrezygnujmy z oglądania telewizji, zapewnimy dziecku długi, spokojny sen.
- Niech słowo „jąkanie” nie padnie nigdy w obecności dziecka.
- I śpiewajmy! To doskonale reguluje oddech i tempo mowy, ćwiczy wymowę i pamięć, a poza tym – jest miłe.

Ćwiczenia z dziećmi jękającymi się obejmują trzy zasadnicze elementy:

- prawidłowe oddychanie,
- rozluźnienie napięcia mięśni narządów mowy poprzez relaks i psychoterapię,
- ćwiczenia regulujące tempo i rytm mowy.

Katarzyna Cieślak