

## CO KAŻDY RODZIC POWINIEN WIEDZIEĆ? WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW

1. Zaobserwuj, czy twoje dziecko reaguje na dźwięki, ponieważ prawidłowy słuch jest warunkiem rozwoju mowy. Pamiętaj, że dziecko najpierw uczy się słuchać, a później mówić. Jeśli słuch twojego dziecka jest nieprawidłowy, bez właściwej pomocy – udzielonej jak najwcześniej – niemożliwy będzie rozwój mowy. Słuch w procesie przyswajania mowy ma największe znaczenie.
2. Zwracaj uwagę, czy dziecko podczas snu oddycha nosem. Jeżeli oddycha ustami, poproś pediatrę o ustalenie przyczyny. Nieprawidłowy tor oddychania (oddychanie przez usta) może być skutkiem na przykład obniżonego napięcia mięśniowego lub powiększonego migdałka. Taki sposób oddychania determinuje nieprawidłową wymowę.
3. Mów do dziecka już od pierwszych chwil jego życia. Większość dzieci w pierwszym roku życia nie wymawia jeszcze słów, jednak sygnalizuje swoje potrzeby i w celu ich zaspokojenia prowadzi „dialog” z rodzicami. Zawsze reaguj i nawiązuj z dzieckiem rozmowę. Mów dziecku, co przy nim robisz i co dzieje się wokół niego.
4. Zwracając się do dziecka, unikaj spieszczeń i przesadnych zdrobnień (mowy dziecinnej, tzw. języka nianiek). Dostarczaj mu prawidłowego wzorca wymowy. Jeśli sam posiadasz wady wymowy, pracuj nad nimi i je koryguj, ponieważ dziecko naśladuje wzorzec mowy i wymowy najbliższych.
5. Mówiąc do dziecka, zwracaj uwagę, aby widziało twoją twarz – będzie wówczas miało okazję do obserwowania ruchu i układu ust oraz do naśladowania cię. Mimika jest również uniwersalnym sposobem komunikowania się dziecka ze światem.
6. Mamo, karm swoje dziecko piersią. Naturalne karmienie zapewni mu prawidłowy rozwój mięśni żuchwy, mięśnia okrężnego ust i prawidłowy rozwój zgryzu. Za czynność jedzenia i mówienia odpowiedzialne są te same mięśnie. Dziecko karmione sztucznie może mieć trudności z pionizacją języka, sprawnością warg i napięciem policzków, w przeciwieństwie do dzieci karmionych naturalnie.

7. Unikaj podawania dziecku smoczka. Uważaj, by nie ssało palca. Następstwem tego mogą być wady zgryzu i w konsekwencji – wymowy. Jeżeli dziecko musi używać smoczka, pamiętaj, aby stosować go jak najkrócej i rozstać się z nim pod koniec pierwszego roku życia, kiedy wygasa silny odruch ssania.
8. Możesz wpłynąć na prawidłowy rozwój narządów mowy dziecka, regularnie wykonując delikatny masaż twarzy (policzków, warg i żuchwy). Przed przystąpieniem do masażu połóż lub posadź dziecko w wygodnej pozycji, ręce natłuść oliwką. Masaż wykonuj palcami bardzo delikatnie, stopniowo zwiększając jego natężenie poprzez głaskanie, ugniatanie palcami i delikatne oklepywanie opuszkami palców.
9. Zwróć uwagę na budowę i ruchomość narządów artykulacyjnych (języka, podniebienia i warg). Przykładowo jeżeli czubek języka ma wcięcie w kształcie serduszka, świadczy to o skróconym wędzidełku podjęzykowym, zatem pionizacja języka będzie utrudniona lub nawet niemożliwa, a co za tym idzie – niemożliwa będzie także poprawna realizacja następujących głosek: *l, r, sz, ż, cz, dż*. W takim przypadku niezbędna jest pomoc logopedyczna.
10. Ucz dziecko słów poprzez zabawę, wykorzystując ku temu każdą sytuację, na przykład spacer, posiłki, zabiegi pielęgnacyjne, kąpiel, ubieranie. Wielokrotnie powtarzaj nazwy przedmiotów znajdujących się w jego otoczeniu, aby utrwalić wzorzec słuchowy słów.
11. Śpiewaj dziecku piosenki, wyliczanki, ucz wierszyków i jak najczęściej baw się z nim, angażując zmysły: słuchu, wzroku i dotyku. Zadbaj także o jego rozwój ruchowy, który ma bezpośredni wpływ na prawidłowy przebieg rozwoju mowy. Zabawy takie jak głuchy telefon, ciuciubabka, ciepło – zimno nie tylko zapewnią pozytywną dawkę emocji, ale także w prosty sposób wpłyną na rozwój komunikacji.
12. Opowiadaj dziecku bajki, czytaj książki i wierszyki – w ten sposób rozwinięsz jego wyobraźnię, rozbudziysz ciekawość poznawczą, a także usprawnisz uwagę, koncentrację i pamięć.
13. Odpowiadaj na pytania dziecka cierpliwie i wyczerpująco, sam także zadawaj pytania, na przykład dotyczące przeczytanej bajki czy wspólnie obejrzanego filmu. W ten sposób wzbogacisz słownictwo dziecka, a także nauczysz je właściwego posługiwania się akcentem, rytmem i melodią, które mają wpływ na rozumienie wypowiedzi.

14. Bądź uważnym słuchaczem, nie przerywaj dziecku i unikaj kończenia jego zdań. Dyskretnie poprawiaj pojawiające się błędy mowy i wymowy, nie krytykuj i nie ośmieszaj, naśladowując jego sposób mówienia. Pamiętaj, że rozmowa z tobą powinna być dla dziecka przyjemnością.
15. Rozwijaj aktywność fizyczną dziecka, która wpływa na funkcjonowanie mózgu, zdolności poznawcze i intelektualne, a więc także na kształtowanie się umiejętności mowy. Zachęcaj dziecko do zabaw ruchowych angażujących mięśnie całego ciała (m.in. pływanie, jazda na rowerze, rolkach), a także rozwijających sprawność dłoni i paluszków (np. lepienie, klejenie, malowanie palcami, nawlekanie koralików, budowanie z klocków).