

# „Moje dziecko się jąka”. Jak rozmawiać z dzieckiem jąkającym się - radzi logopeda



[Justyna Zajdel-Rapa](#)



Dzieciom, u których występują objawy nie płynności w mówieniu potrzeba specjalistycznej pomocy i podjęcia jak najwcześniejszej terapii logopedycznej.

"Moje dziecko się jąka". Kiedy z ust Rodzica pada takie zdanie, zazwyczaj jest wyrazem wielkiego niepokoju o rozwój językowy dziecka, jak też obaw, czy jąkanie w tym wieku to norma, czy przeciwnie – skoro zaczęło się jąkać, to już mu tak zostanie? Kiedy problem nie płynności pojawi się w mowie naszego dziecka, warto dowiedzieć się o jąkaniu jak najwięcej, skonsultować się z logopedą i natychmiast zacząć pracować nad swoim stylem komunikowania się i pomagać swojemu dziecku w mówieniu.

## **Co to jest jąkanie?**

Jąkanie, inaczej nazywane nie płynnością mowy (a przeciwstawiane mowie płynnej) to zagadnienie bardzo złożone. Można jednak wyodrębnić pewne cechy charakterystyczne tego zaburzenia, których nasilenie oraz rodzaj zależny jest od przypadków indywidualnych. Józef

Sheehan (jąkający się psycholog) bardzo trafnie zobrazował jąkanie na przykładzie „modelu góry lodowej”. Jej przeważająca część, która wystaje ponad wodą jest reprezentacją jawnych, zewnętrznych, widocznych, słyszalnych objawów jąkania, a mniejsza jej część, znajdująca się pod wodą to metafora objawów ukrytych jąkania, czyli psychicznych, wewnętrznych: uczuć i postaw.

Do **objawów jawnych zaliczymy** wszystkie zaburzenia związane z oddychaniem, wydawaniem dźwięku oraz samym mówieniem. Najczęściej można obserwować:

- powtarzanie słów, pojedynczych sylab, głosek
- przeciąganie/przedłużanie samogłosek i spółgłosek
- bloki mowy, gdy aparat artykulacyjny jest gotowy do wypowiedzi, ale dźwięk się nie pojawia, np. zespół przeciągnięć, pauzy napięte
- napięcie mięśni twarzy, wokół szyi, warg, nosa, oczu
- dodatkowe ruchy ciała (współruchy), np. tupanie nogami, stukanie palcami, kręcenie pupą itp.
- kłopoty z oddechem, np. wstrzymywanie oddechu podczas wypowiedzi lub zbyt długi wdech

Zdarza się jednak, że dziecko wypracuje pewne sposoby radzenia sobie z jąkaniem, które nie będą objawem dziecięcego sprytu, a raczej wypada myśleć o nich, jako ukrytych objawach jąkania – tych niewidocznych, płynących z głębi dziecięcego „ja”. Zaliczyć tu możemy:

- unikanie mówienia pewnych słów (lub zamienianie ich), np. zaczynających się na określonej głoskę
- unikanie niektórych sytuacji, wymagających zaangażowania słownego, co prowadzić może do izolowania się od świata

Trzeba jednak być niezwykle czujnym, by te ukryte objawy jąkania u dziecka dostrzec.

### **Jąkanie wczesnodziecięce a rozwojowa niepełność mówienia**

Kiedy u dziecka zauważymy pierwsze objawy niepełności, nie zawsze musi to oznaczać, że nasze dziecko wyrośnie na osobę jąkającą się. Badania naukowe, zarówno światowe, jak i polskie pokazują, że u około 60% dzieci od 2 aż do 6 r.ż., czyli w czasie, kiedy rozwój mowy przebiega najbardziej intensywnie pojawia się zwykła, tzw. rozwojowa niepełność mówienia, która jest ściśle związana z nabywaniem kompetencji językowej i komunikacyjnej. Objawy zwykłej niepełności rozwojowej przypominają objawy jąkania wczesnodziecięcego (powtarzanie części wyrazy, przeciąganie głosek, napięte pauzy, nierytmiczne wymawianie głosek, itp.), jednak wraz z coraz lepszym opanowywaniem umiejętności posługiwania się językiem przez dziecko, częstotliwość pojawiania się objawów niepełności będzie się zmniejszać, aż do ich całkowitego zaniku do ukończenia przez dziecko 7 r.ż., bez specjalistycznej pomocy terapeutycznej.

Jąkanie zaś wczesnodziecięce, mające swoje pierwsze objawy również między 2 a 4 r.ż. dziecka, charakteryzuje się nieprzewidywalnym i niestałym przebiegiem. Rozwija się zwykle stopniowo, ale może również pojawić się nagle, gwałtownie. Jego pojawienie się zależne jest też od wielu czynników, począwszy od pory dnia i sytuacji, w jakiej znajduje się dziecko, przez kontekst wypowiedzi (z kim i gdzie rozmawia), aż do samopoczucia dziecka w danej chwili. Momenty niepełne współwystępują obok mowy płynnej, wzajemnie przenikają się, mogą trwać krótko, a mogą przedłużać się aż do kilku tygodni, a przyczyny takiej niestabilności w mowie trudno znaleźć. Dziecko, u którego obserwować będziemy jąkanie wczesnodziecięce będzie świadome swoich trudności, a przez to również może być negatywnie nastawione do mówienia w ogóle.

## **Skąd bierze się jąkanie?**

Jak pisałam na początku, jąkanie to zjawisko niezwykle złożone, a przyczyny jego wystąpienia nie są łatwe do ustalenia. Podążając za badaczami, skłaniam się ku wieloczynnikowej koncepcji jąkania, według której, wystąpienie objawów nie płynności zależne jest od czterech grup czynników: fizjologicznych, psychologicznych, językowych oraz środowiskowych.

Czynniki fizjologiczne i językowe. Badania wykazują, że jąkanie może mieć podłoże genetyczne, tzn. bardziej prawdopodobne jest pojawienie się objawów nie płynności u dziecka, w którego rodzinie problem jąkania już się pojawił. Większe prawdopodobieństwo wystąpienia zaburzeń płynności zauważa się również u dzieci z uszkodzeniem mózgu, zespołem Downa oraz urodzonych przedwcześnie. Częściej jąkanie pojawia się również u chłopców niż u dziewczynek. Nie płynność może być też związane z różnicami w sprawnościach motorycznych narządów artykulacyjnych, które z kolei ściśle wiążą się z powstawaniem mowy. Badania sugerują również, że dzieci jąkające się mogą prezentować opóźniony rozwój mowy lub przeciwnie – nieprzeciętne zdolności językowe, albo też wykazywać dysproporcje w rozwoju funkcji językowych. Objawy jąkania mogą nasilać się podczas wypowiedzania dłuższych, trudniejszych, bardziej złożonych zdań.

Czynniki psychologiczne i środowiskowe mogą nasilać i utrzymywać objawy jąkania. To z kolei wyraźnie pokazuje, że „Rodzice nie są winni temu, że dziecko się jęka” (Edward G. Conture), za to mogą zrobić wiele, by pomóc dziecku pokonywać potknięcia związane z objawami nie płynności.

Ważne jest to, by zwrócić uwagę na to, czy jako Rodzic, nawet nieświadomie, nie dzielę się z dzieckiem swoim lekiem, niepokojem, negatywnymi emocjami, związanymi z jego jąkaniem. Jeśli rozpoznasz swoją terapeutyczną moc w codziennych relacjach z dzieckiem, poziom Twoich obaw na pewno się obniży. A pojawiają się głosy naukowców, którzy sądzą, że taki rodzicielski niepokój może działać niekorzystnie na zmianę stylu komunikacyjnego w relacji rodzic-dziecko, co z kolei wpływać może na częstotliwość jąkania u dziecka. Choćby z tego powodu, warto uwierzyć w swoje rodzicielskie zdolności i nie dać się ponieść lękowi. Również same predyspozycje dziecka mogą mieć wpływ na rozwój jąkania. Badania pokazują, że dzieci mówiące nie płynnie są bardziej impulsywne, mniej zdolne do panowania nad emocjami, niespokojne, wrażliwe, szczególnie na bodźce płynące ze środowiska; introwertyczne, nieśmiałe, niepewne, lękliwe, mają większe trudności z koncentracją uwagi. Warto też wiedzieć, że nawet małe dziecko jąkające się (w 3 czy 4 r.ż.) może być już świadome trudności, jakie sprawia mu mówienie. Niestety najczęściej ma do nich stosunek negatywny, co z kolei powoduje wycofywanie się z sytuacji komunikacyjnych.

## **Jak rozmawiać z dzieckiem jąkającym się?**

Aby być w dobrej interakcji z dzieckiem, którego mowa jest nie płynna, wypada najpierw poznać własne uczucia wobec dziecka, zastanowić się nad tym, co ono czuje w chwili, kiedy się jęka, a dopiero potem ćwiczyć się w sposobach komunikowania się z nim. Warto rozpocząć od wdrożenia kilku podstawowych zasad (w relacjach domowych i w komunikacji):

- nie stawiaj dziecku zbyt wysokich wymagań (dostosuj je do możliwości dziecka)
- pozwalaj dziecku na przejmowanie inicjatywy w zabawie
- codziennie spędzaj z dzieckiem choć kilka minut, dając mu 100% swojej uwagi
- stosujcie w rodzinie zasadę mówienia po kolei

- **sam zwolnij tempo mowy** (dostosuj je do tempa mowy dziecka)
- formułuj pytania w postaci zdań oznajmujących, np. Ciekawa jestem, co jadłeś w przedszkolu
- staraj się więcej i częściej komentować to, co robi dziecko, niż pytać o to
- **nie przerywaj dziecku**
- nie „pomagaj” dziecku sformułowaniami: zwolnij, zacznij jeszcze raz
- nie poprawiaj wypowiedzi dziecka, poczekaj aż skończy i powtórz w poprawny sposób

### **Kiedy skonsultować się z logopedą?**

Rodzicu, konsultacja logopedyczna będzie przydatna, jeśli zauważysz u swojego dziecka:

- powtarzanie dźwięków, sylab lub całych wyrazów, np. bu-bu-buduję dom
- wydłużanie dźwięków, np. luuubię cię
- trudności z rozpoczęciem wypowiedzi, wydobyciem z siebie dźwięku
- problemy z oddechem zanim zacznie mówić lub podczas mówienia
- stosowanie dłuższych przerw podczas mówienia, by znaleźć właściwe słowo
- wzmożone napięcie mięśniowe (np. w obrębie twarzy)
- dodatkowe gesty, którymi „pomaga” sobie w mówieniu
- świadomość problemów mówieniem
- niechęć do mówienia.

Pamiętajmy też o tym, że problem jąkania nie dotyczy wyłącznie pewnej grupy dzieci i dorosłych, którzy mówią nie płynnie. **Jąkamy się wszyscy**, tylko objawy są mniej lub bardziej nasilone. Któż z nas nigdy się nie zająknął, nie zaciął, nie zablokował, albo komu nie przydarzyło się wtrącenie do wypowiedzi przerywnika na zebranie myśli „yyy”, czy powtórzenie wyrazu, fragmentu słowa, gdy mówimy, a jesteśmy zmęczeni, czy zakłopotani, niepewni w danej sytuacji komunikacyjnej. Dzieciom jednak, u których występują objawy nie płynności w mówieniu potrzeba specjalistycznej pomocy i podjęcia jak najwcześniej terapii logopedycznej. Im bowiem wcześniej rozpoczęta praca z dzieckiem i rodzicami, tym lepsze są terapeutyczne prognozy!

### **Rodzicom dzieci jākających się polecam dodatkową lekturę:**

Węsierska K., Jeziorczak B, Czy moje dziecko się jęka. Przewodnik dla rodziców małych dzieci, które mają problem z płynnym mówieniem, Katowice 2011., „Czasami po prostu się jękam” Eelco de Geus.

### *Źródła:*

*Byrne R., Pomówmy o zacinaniu, 1989*

*Chęciek M., Jąkanie, 2012*

*Kelman E., Nicholas A., Praktyczna interwencja w jākaniu wczesnodziecięcym, 2013*

*Kostecka W., Dziecko i jąkanie, 2000*

*Tarkowski Z., Jąkanie wczesnodziecięce, 1997.*