**Jąkanie wczesnodziecięce, a rozwojowa niepłynność mówienia.**

W zależności od okresu życia, w jakim niepłynność mowy może się pojawić, wyróżniamy:

- rozwojowa niepłynność mowy (do 5 roku życia),

- jąkanie wczesnodziecięce (5-10 rok życia),

- jąkanie (po 10 roku życia)

Logopedzi rozróżniają dwa pojęcia: **jąkanie wczesnodziecięce**, które ma postać patologiczną i należy je poddawać terapii oraz **rozwojową niepłynność mówienia**, która nie jest patologiczna i najczęściej ustępuje sama bez interwencji terapeuty.

**Co to jest jąkanie?**

Jąkanie jest zaburzeniem płynności mówienia, w którym występują symptomy opisywane na różnych poziomach:

- komunikacyjnym,

- psychicznym,

- neurofizjologicznym.

Jąkanie jest zjawiskiem złożonym, na którym trwają liczne prace naukowe.

**Jakie są przyczyny jąkania patologicznego?**

Nie ustalona jest konkretna przyczyna wywołująca jąkanie. Z aktualnego stanu wiedzy wynika,że jąkanie jest wynikiem kilku różnych przyczyn. Są to:

- mikrouszkodzenia mózgu, do których mogło dojść podczas komplikacji ciążowych lub porodowych.

- ma podłoże genetyczne.

- powstaje w wyniku nieustalonej lub lewostronnej lateralizacji.

**Co charakteryzuje jąkanie wczesnodziecięce (patologiczne):**

–  Problem z płynnością mowy: dziecko zacina się, robi pauzy, przeciąga dźwięki, powtarza kilkakrotnie pierwszą sylabę (bububudujemy) lub pierwszą głoskę wyrazu (pppproszę), a nawet powtarza cały wyraz (tak tak tak).

– Wzmożone napięcie w obrębie warg, języka, a nawet całej twarzy. Nierzadko przejawia się to pod postacią tików nerwowych, nienaturalnych grymasów lub współruchów (np. wysuwanie języka, marszczenie brwi, przekręcanie warg w jedną stronę…).

– Świadomość swoich trudności w mowie lub unikanie mówienia z obawy przed zająknięciem (logofobia).

– Unikanie kontaktu wzrokowego ze swoim rozmówcą.

– Długi czas występowania objawów niepłynności (powyżej 24 msc).

– Trudności z oddychaniem podczas mówienia.

Oprócz objawów jąkania, u dzieci mogą występować również pewne czynniki ryzyka wystąpienia pełnoobjawowego jąkania. Są to:

– płeć męska (u chłopców jąkanie występuje statystycznie częściej i ma cięższą postać),

– pewne cechy osobowości: lękliwość, nieśmiałość, wstydliwość,

– moczenie nocne, problemy ze snem,

– duże zmiany rodzinne: rozwód rodziców, przeprowadzka, śmierć członka rodziny, a nawet pojawienie się rodzeństwa,

– leworęczność lub nieustalona lateralizacja,

– historia jąkania w rodzinie.

**Rozwojowa niepłynność mówienia.**

W przypadku rozwojowej niepłynności mówienia nie wystąpią opisane wyżej objawy, poza niepłynnością mówienia. Dziecko może powtarzać sylaby, wyrazy i głoski, przeciągać niektóre dźwięki lub robić częste pauzy, lecz jego twarz będzie naturalna i swobodna. Dziecko z rozwojową niepłynnością mówienia, nie będzie miało świadomości swoich trudności, ani nie będzie unikać mówienia. Takie dziecko często ma opóźniony rozwój mowy i liczne wady artykulacyjne, co nie jest typowe dla jąkania wczesnodziecięcego. Rozwojowa niepłynność mówienia najczęściej ustępuje w czasie krótszym niż 24 miesiące

**Jak dochodzi do rozwojowej niepłynności mówienia?**

Najprościej mówiąc, mowa nie nadąża za myśleniem. U dziecka będącego w fazie intensywnego rozwoju bardzo szybko zachodzą procesy myślowe. Mały człowiek ma dużo do powiedzenia, lecz jego buzia nie nadąża za tym. Mózg zdąży ułożyć sobie plan wypowiedzi na następne kilka zdań, a aparat artykulacyjny nie zdąży jeszcze wypowiedzieć wcześniejszych słów, dlatego dochodzi do powtórzeń lub przeciągania głosek.

**Co jeszcze warto wiedzieć o jąkaniu?**

Zdarza się tak, że podczas badania logopedycznego dziecko nie zająknie się ani razu. Dzieje się tak, dlatego, że jąkanie ma charakter dynamiczny, obrazowo mówiąc, przyjmuje postać sinusoidy, tzn. są pewne okresy (dni, tygodnie, a nawet miesiące) kiedy jąkanie nie występuje w ogóle, oraz są takie okresy, gdzie niepłynność jest bardzo duża. Okresy pogorszenia płynności mowy mają miejsce zwykle jesienią oraz na wiosnę, kiedy to cały organizm odczuwa zmiany zewnętrze; temperatury, ciśnienia, pory dnia i nocy, a także nastroju. Warto wiedzieć, że jąkanie znacznie częściej występuje, kiedy dziecko opowiada o pozytywnym zdarzeniu. Nierzadko zdarza się, że jąkanie występuje tylko w obecności niektórych osób lub tylko w niektórych miejscach. Warto zwrócić uwagę również na to, że jąkanie nie wystąpi, kiedy dana osoba jest sama, mówi do zwierząt lub niemowlaków. Dzieje się tak, dlatego, że zostaje wyeliminowany czynnik lękowy i człowiek czuje się swobodnie. Jąkanie też nie występuje podczas śpiewania, ze względu na dłuższy czas realizacji samogłosek. Jest to od dawna znana zależność, wykorzystywana również w terapii.

**Praktyczne wskazówki dla rodziców dzieci z niepłynnością mowy**

1. Mów spokojnie i powoli.

3. Dostosuj język do możliwości dziecka. Nie używaj zbyt trudnych słów i zbyt długich

zdań. Dziecko może mieć problemy ze zrozumieniem.

4. Słuchaj uważnie i nie przerywaj gdy mówi dziecko.

5. Patrz na dziecko wtedy, gdy mówi, fizycznie się z nim zrównaj np. przyklęknij.

7. Słuchaj tego co dziecko chce powiedzieć, a nie skupiaj się na tym jak mówi.

8. Nie mów za dziecko i nie podpowiadaj, nie dokańczaj zdań czy słów, odpowiadaj za nie na pytania.

9. Nie krytykuj dziecka za jego mowę.

10. Zapewnij dziecku poczucie bezpieczeństwa.

11. Nie porównuj dziecka z innymi dziećmi Stwórz pozytywną atmosferę. Dostrzegaj mocne strony dziecka.

12. Nie wykluczaj dziecka z działań wymagających mówienia, ale też zbytnio go tym nie obciążaj.

13. Nie nakłaniaj dziecka na siłę do mówienia przy obcych.

14. Zapewnij dziecku stabilizację życia emocjonalnego oraz usystematyzowany i higieniczny tryb życia. Przestrzegaj stałego rytmu dnia - pory posiłków, odpoczynku itp. Pamiętaj o zabawach na świeżym powietrzu.

15. Poświęcaj dziecku więcej czasu np. wybierzcie się razem na spacer. Okazuj radość ze wspólnych chwil.

16. Ogranicz korzystanie dziecka z urządzeń cyfrowych.

17. Zachęcaj do zabaw oddechowych - dmuchanie na piórka, wiatraczki, waciki, gra na instrumentach – trąbce, organkach itp.

18. Śpiewaj z dzieckiem. Ucz rytmicznych wierszyków.

19. Nie szukaj winnych z powodu niepłynności mowy dziecka..

21. Zasięgnij porady logopedy i psychologa

*Bibliografia:*

1. Węsierska K., Zaburzenia płynności mówienia u dzieci w wieku przedszkolnym – profilaktyka i wczesna interwencja logopedyczna [w:] Logopeda, red. Szamburski K., Gruba J., Warszawa 2009.
2. Woźniak T., Niepłynność mówienia, [w:] Logopedia. Teoria zaburzeń mowy, red. Grabias S., Kurkowski M, Lublin 2012, s. 549-564.
3. Tarkowski Z., Jąkanie, [w:] Patologia mowy, red. Tarkowski Z., Gdańsk 2017, s. 123-148.