

Poradni dla Rodziców

Terapia logopedyczna to proces długotrwały i żmudny, wymagający współpracy i zaangażowania ze strony nie tylko terapeuty, ale również dziecka i jego najbliższego otoczenia. W większości sytuacji ćwiczenia w gabinecie z logopedą to za mało, aby przezwyciężyć trudności i opanować umiejętności niezbędne do prawidłowej wymowy i sprawnej komunikacji językowej. Konieczne jest *regularne kontynuowanie ćwiczeń*, wówczas następuje *utrwalanie i automatyzacja umiejętności*, które dziecko nabyło podczas pracy z logopedą.

O czym należy pamiętać wykonując ćwiczenia logopedyczne w domu?

- *Zadbaj o stałą porę wykonywania ćwiczeń.* Dziecko łatwiej zaakceptuje konieczność wykonywania ćwiczeń logopedycznych, jeśli staną się one częścią codziennego rytuału.
- *Lepiej ćwiczyć krócej, ale częściej.* Wówczas ćwiczenia nie będą takie nużące. Takie rozłożenie w czasie ma też korzystny wpływ na kształtowanie się nawyków prawidłowego mówienia. W ten sposób wypracowuje u siebie mechanizm autokontroli mowy i sprawniej przejdzie etap utrwalania w mowie spontanicznej.
- *Zadbaj o to, aby jak najwięcej uczyć poprzez zabawę.* Ćwiczenia nie mogą być dla dziecka karą, tylko przyjemnością. Można zaopatrzyć się w kilka atrakcyjnych pomocy dydaktycznych lub przygotować je razem z dzieckiem. Własnoręczne przygotowanie pomocy do ćwiczeń dodatkowo wzmocni poczucie więzi między nami i dzieckiem, a także sprawi, że dziecko chętniej weźmie udział w „wykorzystaniu” nowej zabawki dydaktycznej. Można też wykorzystać ulubione zabawki dziecka
- *Unikaj zwrotu „ćwiczenia logopedyczne.* Lepiej mówić „zabawa”, albo po prostu nazwać czynność, która będzie wykonywana, np. „gimnastyka buzi i języka”.
- *Przeplataj zabawę nauką!* Równie dobrze można poprosić dziecko o powtarzanie słów, zwrotów i zdań kiedy koloruje lub bawi się czymś spokojnie, albo wykonywać miny przed lustrem podczas codziennych czynności higienicznych. *Nie bójcie się żmudnych ćwiczeń!*
- *Rozwijaj u dziecka prawidłową wymowę angażując wiele zmysłów.* Im więcej zmysłów dziecka zaangażujemy w rozwój i kształtowanie prawidłowej mowy i komunikacji, tym skuteczniejsze będą nasze zabiegi i działania w tej sferze.
- *Wykorzystuj każdą naturalną sytuację.* Słowa można utrvalać podczas codziennych czynności lub wykonywania obowiązków, np. podczas spaceru, podczas przygotowania posiłku, na zakupach. Wszystko zależy od Waszej inwencji.
- *Ćwicz razem z dzieckiem.* Czasem dorośli wstydzą się robienia dziwnych min przed lustrem. Jeśli należysz do tych „wstydliwych” – pozbądź się fałszywego wstydu i docień, co nasza buzia i język potrafią zrobić. Razem dobrze się bawcie!
- *Staraj się przystępować do ćwiczeń zrelaksowanym* (dotyczy to zarówno dorosłych, jak i dziecka). Nie odkładaj ćwiczeń na sam koniec dnia, kiedy wszyscy są zmęczeni. Trudniej wówczas współpracować i efekty też będą gorsze.
- *Zaangażuj całą rodzinę do zabaw utrwalających wymowę.* Można pokazać domownikom, jak się „bawić w poprawne mówienie” i bawić się razem!
- *Dbaj o własną wymowę.* Bywa, że dorośli mówią niedbale, zbyt szybko, mało wyraźnie. Pamiętaj, że przykład idzie z góry! Zadbaj o prawidłową własną wymowę.
- *Uświadamiaj dziecko, jakie efekty przyniosą wykonywane ćwiczenia.* Starszym dzieciom można przedstawić korzyści krótkie i długofalowe, jak np. akceptacja ze strony rówieśników, brak obaw przed wypowiedaniem się na forum klasy. Młodszym

dzieciom możemy powiedzieć, że język będzie silny, buzia będzie umiała robić różne trudne sztuczki, a słowa, które wydawały się do tej pory trudne do wymówienia będą „odczarowane”, czy też „obudzone z głębokiego snu”, bo wszystkie chcą być używane.

- *Bądź cierpliwy i konsekwentny.* Nie wolno wyśmiewać dziecka, jego wady ani braku postępów. Czasem mijają długie tygodnie zanim pojawią się pierwsze efekty terapii. Konsekwencja w realizowaniu ćwiczeń logopedycznych w domu jest ubezpieczeniem sukcesu!
- *Motywacja do ćwiczeń nie przyjdzie sama.* Jeśli jesteś szczęściarzem, którego dziecko „samo chce”, to wspaniale! Pamiętajcie jednak, że nawet najchętniej współpracujące dziecko miewa czasem „przestoje” w rozwoju i swoje „kryzysy” związane z motywacją do ćwiczeń. Jest to naturalne zjawisko.
- *Nagradzaj dziecko.* Za solidną pracę należy się nagroda. Podczas ćwiczeń wystarczy „Brawo”, „Dobrze sobie radzisz!”. Po zakończonych zajęciach może być to naklejka, pieczątką w tabeli motywacyjnej. Można umówić się z dzieckiem, że po osiągnięciu pewnego etapu, np. uzbieraniu określonej ilości naklejek, może to być zrobienie z mamą lub tatą jakiejś niecodziennej czynności, np. wyjście na basen lub do kina.
- *Regularnie kontaktuj się z logopedą prowadzącym terapię,* aby konsultować postępy i sposób wykonywania ćwiczeń.
- *Daj dziecku czas.* Każda nowa umiejętność potrzebuje czasu, aby się utrwalić. Systematyczna praca pozwoli osiągnąć cel, jakim jest poprawna mowa.