



MATERIAŁ DLA RODZICÓW: Nosowanie u dzieci przedszkolnych

1. Sukcesy w terapii logopedycznej dziecka z nosowaniem są, jak już wspominałam, uwarunkowane wieloma czynnikami, z których najważniejsze to: budowa anatomiczna narządów biorących udział w artykulacji (w tym oczywiście wszystkie ewentualne zabiegi, operacje chirurgiczne i ich wyniki), nastawienie rodziny do wykonywania ćwiczeń, czy przebieg samej terapii.
2. Ważne jest to, aby pamiętać, że nastawienie Państwa do problemu zawsze udziela się dziecku. Jeżeli będziecie Państwo podchodzić do zalecanych ćwiczeń jako przykryj konieczności – tak samo będzie je traktowała Wasza pociecha. Idealną sytuacją jest, gdy opiekunowie potrafią na moment zapomnieć o swej dorosłości i stać się towarzyszem dziecka na czas ćwiczeń domowych, by pokazać, że mogą one stać się także zabawą i okazją do wspólnego spędzania czasu.
3. Niektóre ćwiczenia mogą Państwu wydawać się banalne i błahie (szczególnie oddechowe i postawy ciała) np.: dmuchanie na drobne przedmioty, prostowanie pleców itd. Mogę zapewnić, że każde z nich ma swój cel i przybliża Państwa i dziecko do kolejnych sukcesów logopedycznych. Uważam jednak, że gdy jesteście Państwo sceptycznie nastawieni do któregoś ćwiczenia, albo coś wydaje się Państwu zupełnie niepotrzebne, należy o tym powiedzieć logopedzie i zapytać o celowość danego ćwiczenia. Jestem pewna, że otrzymają Państwo rzetelną odpowiedź wyjaśniającą. Tylko wówczas, jeżeli Państwo będą do czegoś przekonani – dziecko również.
4. Istotną sprawą w każdej terapii jest systematyczność. Jeżeli spotykają się Państwo z logopedą raz w tygodniu, proszę go traktować jako swojego przewodnika, który instruuje Państwa i dziecko, jak ćwiczyć w domu. Powtarzam swoim podopiecznym, że ćwiczenia logopedyczne są trochę jak antybiotyki, pomagają nawet wtedy, gdy lekarz nie patrzy, ale też tylko wtedy, gdy naprawdę je zjadamy i o wyznaczonej porze bez oszukiwania. Być może wyjaśnienie jest dziecinne, ale oddaje sedno sprawy. Lepsze efekty dają ćwiczenia wykonywane często a krótsze, niż przymuszanie dziecka do np.: godzinnej pracy raz w tygodniu. Musimy wyczuć nastrój dziecka, jego dyspozycję fizyczną i psychiczną, aby ćwiczenia były efektywne. Mali pacjenci, tak samo jak dorosłe osoby, mogą mieć swoje „gorsze dni”, a zmuszanie je wtedy do ćwiczeń może być tylko czynnikiem demobilizującym. Z drugiej strony, są dzieci, które do wszelkich ćwiczeń są źle nastawione. Warto wówczas uruchomić swoją kreatywność, wyobraźnię i tak przemycić ćwiczenia, aby dziecko nie było ich świadome np.: urządzić zawody oddechowe – wyścigi papierków, liści w parku podczas spaceru itd. Im więcej pomysłów i im częstsza zmiana formy ćwiczeń tym więcej radości dla Państwa i Państwa pociech.

Ćwiczenia

1. W ramach ćwiczeń domowych każdego ranka i wieczorem przed snem pamiętajcie, aby poprzeciągać się trochę z dzieckiem, udając misie i artykułując głoskę [a] – raz jakby ziewając, a drugi raz jakby śpiwając misiom kołysanki [aaa].
2. Zapytaj dziecko, jak miś Wścibek potrafi się dziwić i razem z dzieckiem ćwicz tekst o misiach wraz z pokazywaniem i naśladowaniem odgłosów. Możemy dziecku dać kolorowanekę z wizerunkiem misia, aby podczas kolorowania powtarzało również ćwiczony tekst.
3. Zalecamy, aby w domu rodzice z dziećmi urządzili sobie przynajmniej dwa razy w tygodniu jakieś zawody oddechowe np. kto najszybciej nadmucha balon, przedmucha łódeczki na drugą stronę stołu itd.

Autor: **Justyna Pacura-Syrocka**

