

Πώς να συνομιλείτε με το παιδί σας

1 Μιλήστε στο παιδί σας χωρίς να βιάζεστε, κάνοντας συχνά παύσεις. Στις συνομιλίες σας, περιμένετε λίγα δευτερόλεπτα, αφότου το παιδί σας ολοκληρώσει αυτό που είχε να πει και μετά πάρτε τον λόγο. Η δική σας αργή και χαλαρή ομιλία θα είναι πολύ πιο αποτελεσματική από οποιαδήποτε κριτική ή συμβουλή, όπως για παράδειγμα “Μίλα πιο αργά” ή “Προσπάθησε ξανά πιο αργά”.



2 Μειώστε τον αριθμό των ερωτήσεων που υποβάλλετε στο παιδί σας. Αντί να υποβάλλετε ερωτήσεις, απλά σχολιάστε αυτά που σας έχει πει το παιδί σας, δίνοντάς του με αυτό τον τρόπο το μήνυμα ότι το ακούτε. Τα παιδιά μιλούν πιο ελεύθερα εάν εκφράζουν τις δικές τους ιδέες, παρά όταν απαντούν ερωτήσεις που υποβάλλονται από ενήλικες.

3 Χρησιμοποιήστε εκφράσεις του προσώπου και τη γλώσσα του σώματος με τέτοιο τρόπο, ώστε να κάνετε το παιδί σας να καταλάβει ότι ακούτε προσεκτικά αυτό που θέλει να σας πει και όχι το πώς το λέει.

4 Αφιερώστε κάποια λεπτά, μία συγκεκριμένη ώρα, κάθε μέρα κατά την οποία μπορείτε να δώσετε την αμέριστη προσοχή σας στο παιδί σας. Όταν συνομιλείτε με το παιδί κατά τη διάρκεια αυτού του ξεχωριστού χρονικού διαστήματος, χρησιμοποιείτε αργή, ήρεμη και χαλαρή ομιλία με αρκετές παύσεις. Αυτό το ήσυχο, ήρεμο χρονικό διάστημα μπορεί να βοηθήσει στο κτίσιμο της αυτοπεποίθησης παιδιών νηπιακής ηλικίας, δίνοντας τους το μήνυμα ότι απολαμβάνετε τη συντροφιά τους.

5 Βοηθήστε όλους στην οικογένεια να μάθουν να μιλάνε ο κάθε ένας με τη σειρά του και να ακούνε με προσοχή ο ένας τον άλλο. Τα παιδιά, ειδικά αυτά που τραυλίζουν, το βρίσκουν πολύ πιο εύκολο να μιλήσουν όταν δεν τους διακόπτει κανείς και όταν έχουν την προσοχή του συνομιλητή τους.

6 Παρακολουθήστε τον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδράτε με το παιδί σας. Προσπαθήστε να αυξήσετε αυτές τις στιγμές κατά τις οποίες δίνετε το μήνυμα στο παιδί σας ότι το ακούτε και ότι έχει άπλετο χρόνο για να πει αυτά που θέλει. Προσπαθήστε να μειώσετε τις επικρίσεις, το να μιλάτε γρήγορα, το να διακόπτετε και το να υποβάλλετε ερωτήσεις.

7 Πάνω από όλα, κάνετε το παιδί σας να αντιληφθεί ότι το αποδέχεστε όπως είναι. Η πιο ισχυρή δύναμη που θα το βοηθήσει θα είναι η υποστήριξή σας προς αυτό, είτε τραυλίζει είτε όχι.

8 συμβουλές για δασκάλους με μαθητές που τραυλίζουν



- 1** Μην λέτε στον μαθητή που τραυλίζει “μίλα πιο αργά” ή “απλά χαλάρωσε”.
- 2** Μην ολοκληρώνετε τις λέξεις του καθώς μιλάει και μην μιλάτε στη θέση του.
- 3** Βοηθήστε όλους τους μαθητές της τάξης να μάθουν να περιμένουν τη σειρά τους να μιλήσουν και να ακούνε τους άλλους όταν μιλάνε. Όλοι οι μαθητές - και ειδικά αυτοί που τραυλίζουν - το βρίσκουν πολύ πιο εύκολο να μιλάνε όταν δεν τους διακόπτει κανείς και όταν η προσοχή του συνομιλητή τους είναι στραμμένη επάνω τους.
- 4** Να αναμένετε την ίδια ποιότητα και ποσότητα εργασίας από τον μαθητή που τραυλίζει, όπως από οποιοδήποτε άλλο μαθητή που δεν τραυλίζει.
- 5** Όταν απευθύνεστε στον μαθητή που τραυλίζει, να του μιλάτε χωρίς να βιάζεστε, κάνοντας συχνά παύσεις.
- 6** Δώστε στον μαθητή να καταλάβει ότι η προσοχή σας είναι σε αυτό που σας λέει και όχι στον τρόπο που το λέει.
- 7** Μιλήστε κατ' ιδίαν με τον μαθητή που τραυλίζει για οποιεσδήποτε διευκολύνσεις θα πρέπει να του δοθούν στην τάξη. Σεβαστείτε τις ανάγκες του, χωρίς όμως να του χαρίζετε.
- 8** Μην παρουσιάσετε τον τραυλισμό ως κάτι για το οποίο θα πρέπει να ντρέπεται κανείς. Μιλήστε για τον τραυλισμό όπως θα μιλούσατε για οποιοδήποτε άλλο θέμα.



Συντάχθηκε από την Lisa A. Scott. Ph. D.,
Πανεπιστήμιο Florida State



ΤΗΛ. 7000 0014, 2266 0611

ΦΑΞ: 2266 1774

Τ. Θ. 22486, CY-1522 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

E-mail: info@speechtherapy.org.cy

Website: www.speechtherapy.org.cy

Η ελληνική μετάφραση έχει γίνει μετά από άδεια που παραχώρησε το Stuttering Foundation of America στον Σύλλογο Εγγεγραμμένων Λογοπαθολόγων Κύπρου. Τη μετάφραση έχει επιμεληθεί: Μαρία Παφίτη, M.A., CCC-SLP, EFS (Εγγεγραμμένη Λογοπαθολόγος - Ευρωπαϊκή Κλινική Εξειδίκευση σε θέματα Ροής της Ομιλίας) Ιουλίος, 2020.



Εάν
Νομίζετε
ότι το
Παιδί σας
Τραυλίζει



Μη κερδοσκοπικός οργανισμός
Από το 1947 - Βοήθεια στα άτομα που τραυλίζουν
www.StutteringHelp.org www.tartamudez.org

Συντάχθηκε από τον Barry Guitar, Ph. D., Πανεπιστήμιο Vermont
και τον Edward G. Conture, Ph. D., Πανεπιστήμιο Vanderbilt

Εάν Νομίζετε ότι το Παιδί σας Τραυλίζει...

Είναι τραυλισμός;

Εάν το παιδί σας έχει δυσκολία και τείνει να διστάζει να μιλήσει ή εάν επαναλαμβάνει κάποιες συλλαβές, λέξεις, ή φράσεις, πιθανόν να παρουσιάζει πρόβλημα τραυλισμού. Ή μπορεί απλώς να διανύει μία περίοδο φυσιολογικών δυσροών, κάτι το οποίο βιώνουν πολλά παιδιά όταν μαθαίνουν να μιλούν. Αυτό το τρίπτυχο θα σας βοηθήσει να κατανοήσετε τη διαφορά μεταξύ του τραυλισμού και της φυσιολογικής γλωσσικής ανάπτυξης.



Το παιδί που παρουσιάζει φυσιολογικές δυσροές

1. Συνήθως, το παιδί το οποίο παρουσιάζει περιστασιακά φυσιολογικές δυσροές, επαναλαμβάνει συλλαβές ή λέξεις, μία ή δύο φορές, “κα-κα-κάπως” έτσι. Οι φυσιολογικές δυσροές μπορεί επίσης να εμπεριέχουν δισταγμό καθώς επίσης και εμβολοφρασίες όπως παραδείγματος χάριν “ααα”, “εεε”.

2. Οι δυσροές παρουσιάζονται κατά περιόδους, συνήθως μεταξύ των ηλικιών 1 ½ και 5 ετών. Είναι συνήθως ενδείξεις ότι ένα παιδί μαθαίνει να χρησιμοποιεί τον λόγο του με νέους τρόπους. Εάν οι δυσροές εξαφανίζονται για μερικές εβδομάδες και μετά επιστρέφουν, πιθανότατα το παιδί να περνάει άλλη μία φάση εκμάθησης.

Το παιδί που παρουσιάζει τραυλισμό ήπιου βαθμού σοβαρότητας

1. Ένα παιδί με τραυλισμό ήπιου βαθμού σοβαρότητας, επαναλαμβάνει ήχους περισσότερες από δύο φορές, “κα-κα-κα-κα-κάπως” έτσι. Η ένταση και η έντονη προσπάθεια μπορεί να είναι εμφανείς στους μύες του προσώπου του, και ειδικά στους μύες γύρω από το στόμα.

2. Η ένταση του ήχου της φωνής μπορεί να αυξάνεται με κάθε επανάληψη και κάποιες φορές το παιδί να παρουσιάζει “μπλοκάρισμα” - δηλαδή να μη βγαίνει καθόλου αέρας ή ήχος για μερικά δευτερόλεπτα.

3. Οι δυσροές μπορεί να εμφανίζονται και να φεύγουν αλλά η παρουσία τους γίνεται πλέον αισθητή.

4. Οι αβίαστες επαναλήψεις ή οι επιμηκύνσεις ήχων είναι μία πιο υγιής μορφή τραυλισμού. Οτιδήποτε βοηθάει το παιδί σας να τραυλίζει με αυτό τον τρόπο, αντί να τραυλίζει με μυϊκή ένταση ή να αποφεύγει λέξεις, είναι βοηθητικό.

Πώς να βοηθήσετε άμεσα

- Προσπαθήστε να δίνετε το πρότυπο της αργής και χαλαρής ομιλίας όταν συνομιλείτε με το παιδί σας και ενθαρρύνετε τα άλλα μέλη της οικογένειας να πράττουν το ίδιο. Μη μιλάτε τόσο αργά ώστε να μην ακούγεται φυσιολογικό. Να μιλάτε χωρίς να βιάζεστε, κάνοντας συχνές παύσεις.

- Η αργή και χαλαρή ομιλία μπορεί να αποβεί πολύ αποτελεσματική, ειδικά όταν συνδυαστεί με κάποιο χρονικό διάστημα κάθε μέρα, κατά το οποίο το παιδί έχει την αμέριστη προσοχή των γονιών του. Αφιερώστε κάποια λεπτά μία συγκεκριμένη ώρα της ημέρας κατά την οποία δε θα κάνετε τίποτα άλλο εκτός από το να ακούτε το παιδί σας να μιλάει για οτιδήποτε το απασχολεί.

- Όταν το παιδί σας μιλάει ή σας κάνει μία ερώτηση, προσπαθήστε να κάνετε παύση 1-2 δευτερολέπτων πριν απαντήσετε. Αυτό θα βοηθήσει την ομιλία του να μην είναι βιαστική και να είναι πιο χαλαρή.

- Προσπαθήστε να μην αναστατώνετε ή να εκνευρίζετε όταν ο τραυλισμός είναι αυξημένος. Το παιδί σας κάνει ό,τι καλύτερο μπορεί καθώς προσπαθεί να ανταπεξέλθει με την εκμάθηση πολλών δεξιοτήτων ταυτόχρονα. Η υπομονετική και αποδεκτική στάση σας θα το βοηθήσει.

- Εάν κάποιες φορές το παιδί σας είναι εκνευρισμένο ή αναστατωμένο, όταν ο τραυλισμός επιδεινώνεται, καθουσιάστε το. Κάποια παιδιά ανταποκρίνονται θετικά όταν ακούνε “Το ξέρω ότι είναι δύσκολο να μιλήσεις κάποιες φορές... πολλών ανθρώπων κολλάνε οι λέξεις τους... είναι εντάξει”. Κάποια παιδιά καθουσιάζονται με ένα χάδι ή μία αγκαλιά όταν φαίνονται εκνευρισμένα.



Ορισμένοι παράγοντες ίσως να υποδεικνύουν ότι το παιδί σας είναι υψηλού κινδύνου να εμφανίσει τραυλισμό. Γνωρίζοντας αυτούς τους παράγοντες θα βοηθηθείτε να αποφασίσετε κατά πόσο το παιδί σας χρειάζεται να αξιολογηθεί από λογοπαθολόγο. Δείτε το πιο κάτω σχεδιάγραμμα.

Πίνακας Παραγόντων Επικινδυνότητας

Παράγοντας Επικινδυνότητας	Πιθανότατα στα αρχικά στάδια τραυλισμού	Ισχύει για το παιδί μου
Θετικό οικογενειακό ιστορικό τραυλισμού	Ένας γονιός, συγγενής ή άλλο άτομο του κλειστού οικογενειακού κύκλου τραυλίζει	
Ηλικία έναρξης	Μετά την ηλικία των 3½ χρ.	
Χρονικό διάστημα από την έναρξη	Τραυλισμός για 6 - 12 μήνες	
Φύλο	Αγόρι	
Άλλες γλωσσικές ανησυχίες	Λάθη στην εκφορά των ήχων, δε γίνεται εύκολα καταληπτό, δυσκολία στην ακολουθία οδηγιών	

Το παιδί που παρουσιάζει πιο σοβαρό τραυλισμό

1. Εάν το παιδί σας τραυλίζει σε περισσότερο από 10% της ομιλίας του, τραυλίζει με αρκετή προσπάθεια και μυϊκή ένταση ή αποφεύγει τον τραυλισμό αλλάζοντας λέξεις και χρησιμοποιώντας επιπλέον ήχους για να μπορέσει να ξεκινήσει να μιλήσει, θα επωφεληθεί από την παροχή θεραπείας από έναν εξειδικευμένο θεραπευτή σε θέματα ροής της ομιλίας (τραυλισμό). Πλέον τα μπλοκάρισμα είναι πιο συχνά από τις επαναλήψεις ή τις επιμηκύνσεις ήχων και οι δυσροές τείνουν να είναι εμφανείς στις περισσότερες περιστάσεις επικοινωνίας.

2. Μπορείτε να επικοινωνήσετε τηλεφωνικά με τον **Σύλλογο Εγγεγραμμένων Λογοπαθολόγων Κύπρου** στο **7000 0014** ή να επισκεφτείτε την ιστοσελίδα του συλλόγου στο **www.speechtherapy.org.cy**, όπου μπορείτε να βρείτε λογοπαθολόγους οι οποίοι εξειδικεύονται σε θέματα ροής της ομιλίας.

3. Οι εισηγήσεις που παραθέσαμε προηγουμένως, για τους γονείς παιδιού που παρουσιάζει τραυλισμό ήπιου βαθμού σοβαρότητας, αρμόζουν και στις περιπτώσεις γονιών των οποίων το παιδί τους παρουσιάζει τραυλισμό σοβαρού βαθμού. Πρέπει πάντοτε να θυμάστε ότι ο δικός σας αργός και χαλαρωτικός τρόπος ομιλίας είναι πολύ πιο βοηθητικός από το να λέμε σε ένα παιδί να μιλάει πιο αργά.

Μη φοβάστε να μιλήσετε στο παιδί σας για τον τραυλισμό. Δείξτε υπομονή και αποδοχή για το εν λόγω θέμα καθώς το συζητάτε. Πολλές φορές, να ξεπεράσει κανείς τον τραυλισμό έχει να κάνει περισσότερο με το να ξεπεράσει τον φόβο του για τον τραυλισμό, παρά με το να καταβάλει μεγαλύτερη προσπάθεια όταν μιλάει.