Program terapii jąkania „Mini – KIDS”

Program odwołuje się do metod modyfikowania jąkania i jest przeznaczony dla dzieci od 2 do 6 roku życia. Zalecany jest dla dzieci, u których jąkanie współwystępuje z reakcjami motorycznymi (np. napięciem mięśni, objawami zmagania się), poznawczymi i emocjonalnymi (takimi jak np. unikanie, frustracja, wstyd). A także dla dzieci, których bliscy znajomi przejawiają nasilone objawy związane z problemem jąkania się. Program jest rozwinięciem podejścia jąkania bardziej płynnego stworzonego przez Van Ripera i zakłada terapię jąkania przez jego modyfikację.

Celem terapii jest zapobieganie:

- rozwojowi dysfunkcyjnych strategii radzenia sobie dziecka z jąkaniem (np. reakcji unikania, nasilonego napięcia)
- wzmaganiu się negatywnych postaw wobec własnego mówienia i jąkania
- wyposażenie dziecka i jego otoczenia w strategie radzenia sobie z problemem w mowie, które mogą zwiększyć szanse ustąpienia objawów lub lepszego radzenia sobie z jąkaniem.

Terapia przebiega w postaci sesji terapeutycznych:

- sesje odbywają się raz lub dwa razy w tygodniu
- jeden z rodziców bierze w nich udział z dzieckiem i wdraża zalecenia terapeutyczne w domu
- dwoje rodziców uczestniczy w zajęciach grupowych dla rodziców lub korzystają z sesji konsultacyjnych z logopedą.

Struktura programu przewiduje takie etapy jak:

1) odczulanie (desensybilizację) wobec jąkania
2) identyfikowanie momentów zająknięć
3) uogólnianie (generalizację) nabytych umiejętności.

Etap odczulania (desensybilizacji) mający na celu zmniejszenie/obniżenie negatywnych uczuć podczas jąkania własnego i innych zawiera m.in.:

- przekazanie informacji na temat jąkania
- konfrontację z tabu „jąkanie”

- odciążenie rodziców poprzez możliwość wymiany doświadczeń, w tym na temat: korzystnych sposobów reagowania na jąkanie, informacji co przeszkadza dzieciom w skutecznej komunikacji, rodzajów podejść terapeutycznych, możliwości oddziaływania pośredniego na jąkanie
- poznanie strategii rozwiązywania problemów oraz wsparcie kompetencji rodzicielskich i ich niezależności od terapeuty. Rodzice mają informować pediatrów, nauczycieli, wychowawców, opiekunów, członków dalszej rodzin i rówieśników dziecka o jąkaniu, czyniąc z nich kolejne ogniwa wsparcia dla dziecka
- wzmocnienie poczucia pewności siebie, samooceny, radości z mówienia u dzieci z jąkaniem, poznanie roli pochwały i jej rodzajów
- poprawę w zakresie kontroli motorycznej i różnicowania słuchowego u dziecka
- przygotowanie do modyfikacji.

W ramach wspierania dziecka w radzeniu sobie z epizodami zająknięć, w terapii wykorzystywane jest pseudojąkanie, które może być wdrażane w postaci technik:

- mowy żabkowej, żabkowe słowa (lekkie i nienapięte powtórzenia) np. pa-pa-pa-pani
- mowy wężowej, wężowe słówka, ślizganie się po słowach, słowa zjeżdżalnie (zmodyfikowane prolongacje) np. ssssowa
- mowy Puchatkowej, kubusiowanie, Kubusiowe słówka (modyfikowanie objawów blokowania się w mówieniu) np. p – pani (blok)
- mowy autobusikowej (zaprzestanie na moment aktywności werbalnej).

Techniki uwalniania się od momentu niepłynności u małych dzieci obejmują:

- rozpoznanie objawu
- zatrzymanie mowy, spadek napięcia (nie mówimy, bawimy się z dzieckiem bezsłownie)
- pseudojąkanie w tym.:
    - blok
    - krótkie przedłużenia/powtórzenia
    - z przedłużenia uwalniają się powtórzenia
    - z wielokrotnych powtórzeń uwalniają się kilkukrotne powtórzenia
    - wyjątek: swobodne wielokrotne powtórzenia
    - stop : jedno krótkie powtórzenie.
- prowadzenie początkowo ćwiczeń podczas pseudoobjawów, potem podczas objawów rzeczywistych.

Zadania dla dzieci starszych (tzw. „Paszport Detektywa") mogą obejmować:

1. Zdobycie wiadomości o jąkaniu.
2. Podzielenie się wiadomościami z innymi osobami.
3. Zbadanie w jaki sposób zbudowany jest aparat mowy.
4. Zbadanie, w którym miejscu powstaje jąkanie.
5. Zbadanie jakie może być jąkanie (objawy jąkania).
6. Znalezienie sposobu na łatwiejsze jąkanie.
7. Przećwiczenie łatwiejszego jąkania w domu (u babi, u cioci).

Dziecko po wykonaniu tych zadań otrzymuje tzw. „Paszport Detektywa".

A zatem trening skupia się na odwrażliwianiu, pseudojąkaniu i uczeniu modyfikacji objawów. Odwrażliwienie dziecka w trakcie terapii następuje poprzez zdobycie wiedzy na temat jąkania, poznanie jego mechanizmu oraz samodzielne, kontrolowane, lekkie pseudojąkanie. Dziecko, dla którego jąkanie nie jest problemem uczy się też modyfikacji własnych objawów niepłynności poprzez ćwiczenie lekkich zająknięć czy modyfikacji pojawiających się bloków. Ćwiczenia odbywają się na wytworzonym przez dziecko pseudojąkaniu. Terapia prowadzona jest po wskazówkach danych przez terapeutę przez rodzica w domu.

Zakończenie terapii następuje w momencie całkowitego ustąpienia symptomów jąkania lub gdy objawy są łagodne bez współwystępujących reakcji zmagania się (walki) oraz reakcji unikania. A także wtedy, gdy dziecko i rodzice odczuwają wyraźny poziom ulgi oraz są wyposażeni w odpowiednią wiedzę i umiejętności radzenia sobie na wypadek powrotu nasilonych objawów.

Materiały źródłowe:

Kelman E., Nicholas A.(2013). Praktyczna interwencja w jąkaniu wczesnodziecięcym.

Materiały szkoleniowe Boroń A. (2019). Jąkanie wczesnodziecięce.

Węsierska K. Jeziorczak B. (2016). Diagnoza jąkania u dzieci w wieku przedszkolnym.

Opracowanie:

Neurologopeda Alicja Janecka