

## Jak polubić ćwiczenia logopedyczne?

Czy ćwiczenia logopedyczne dla rodziców są utrapieniem, czy jednak mogą być cudowną chwilą i momentem na czas spędzony z dzieckiem? Z punktu widzenia zapracowanego rodzica, który większą część czasu spędza w pracy a następnie na zakupach, ćwiczenia logopedyczne jednak wydają się utrapieniem. Gdy dziecko chodzi do przedszkola potem do szkoły mamy świadomość zaopiekowaniem się mową naszego dziecka przez logopedę. Powinniśmy zdać sobie sprawę jednak z tego, że zajęcia raz na dwa tygodnie, to nie wszystko. Zajęcia, które odbywają się z logopedą są tylko „instrukcją”, czy „receptą” jaką wystawia logopeda rodzicom. Podobnie jak lekarz, logopeda najpierw diagnozuje dziecko badając jego mowę, sprawność artykulatorów, przeprowadza wywiad, planuje terapię i instruuje jak należy stosować leki, czyli w tym przypadku ćwiczenia. Logopeda w trakcie terapii pokazuje na zajęciach z dzieckiem ćwiczenia artykulatorów i wprowadza materiał wyrazowy dla utrwalania ćwiczonej głoski, potem przekazuje ćwiczenia w zeszycie, by dziecko ćwiczyło pod okiem rodzica. Być może zapis ćwiczeń w zeszycie dla rodziców jest niejasny i nie potrafią ćwiczyć z dzieckiem w domu. Nie wiedzą także o co chodzi w całej terapii. W takim przypadku logopeda chętnie pokaże i objaśni zainteresowanemu rodzicowi, jak ćwiczyć, o co chodzi w terapii, jak wyglądają jej poszczególne etapy. Zrobi to językiem zrozumiałym, nienaukowym - objaśni, na czym polega problem i przekaze plan terapii, sposób i zasady ćwiczeń. Wystarczy tylko skontaktować się z logopedą. Warto przed rozpoczęciem terapii spotkać się z logopedą, by przekazać wszystkie niezbędne informacje o dziecku i omówić najważniejsze kwestie związane z terapią. Logopeda organizuje otwarte dni spotkań z rodzicami, co daje szansę na rozmowę i usłyszenie ważnych informacji o terapii oraz wskazań do ćwiczeń – kiedy to robić, jak to robić. Rodzic powinien wiedzieć i pamiętać, że wiele ćwiczeń należy wykonywać przed lustrem, warto mieć je pod ręką (trzymać przy łóżku w pokoju dziecka lub dobrym pomysłem jest wklejenie małego lusterka z tyłu do zeszytu). Wszystkie ćwiczenia - zawsze rozpoczynamy od ćwiczeń aparatu artykulacyjnego. W związku z tym wyciągamy nasze lusterko i ćwiczymy. Liczy się dobrze wykonane ćwiczenie, które buduje także koncentrację i uwagę. Powtarzamy ćwiczenia, warto cofnąć się czasami do początku zeszytu, przeglądamy jak książkę, powtarzamy. Dzieci bardzo lubią przeglądać swoje zeszyty, tam też są ich rysunki, kolorowanki, karty pracy. Są z nich niezwykle dumne, tym bardziej wtedy, gdy ogląda to rodzic. W zeszycie z zajęcia na zajęcia pojawiają się nowe ćwiczenia i nowy materiał językowy, dzięki któremu dziecko utrwala daną głoskę. Warto wprowadzić elementy zabawy, gry lub rywalizacji by nie było nudno, by dziecko chciało ćwiczyć i by było atrakcyjnie. Warto zaplanować z dzieckiem, że za cały tydzień/dwa tygodnie ćwiczeń logopedycznych na dziecko będzie czekała nagroda. Nagroda należy się zarówno dla dziecka jak i rodzica. Dobrze jeśli zrobicie w domu i nakleicie na drzwiach/biurku/lodówce tygodniową tabelę

zapisywania plusów/stempli po wykonaniu ćwiczeń i dziecko będzie umawiało się z rodzicami na nagrodę na koniec tygodnia np. wspólne upieczenie ciasta, oglądanie filmu, zrobienie popcornu, spacer na ciastko do cukierni, wspólne zjedzenie czegoś słodkiego i wypicie herbaty/kakao, zagranie w grę planszową, gra sportowa, ulubiona bajka w TV, zestaw naklejek itp. Nic bez rodziców się nie zadzieje. To od konsekwencji rodzica zależy sukces dziecka. Warto się pochylić nad kwestią motywacji, konsekwencji i organizacji ćwiczeń i nagród za nie. Niech ćwiczenia logopedyczne staną się codziennym rytuałem dnia dziecka i rodzica jak mycie zębów, jak parzenie kawy. Nie zajmie Wam to więcej niż 10-15 minut. Zawsze powinny mieć stałą porę a sprawią, że dziecko będzie na nie czekało, bo rodzic podczas tych ćwiczeń będzie razem z nim, będzie zabawa z udziałem języka, lusterka, min, zabawa sylabami, wyrazami, zdaniami i zapewne terapia pójdzie do przodu, będzie mały sukces. Widać będzie postępy w poprawnym mówieniu dziecka. W takim razie nie ma na co czekać. Ćwiczcie. Cóż to za wspaniały moment, chwila spędzona z własnym dzieckiem. Logopeda jest by wspierać, prowadzić terapię, ale sam nic nie zdiagnozował, dlatego razem pracujemy na sukces. Nie budujemy barier. Zadawajmy pytania, spotykajmy się z logopedą. Rodzicu, Ty jesteś bardzo potrzebny w terapii logopedycznej. Wszystko jest po to, by dziecko pięknie mówiło, a może jeszcze po coś..., to zaprocentuje w przyszłości. Zachwyćcie się tymi chwilami razem z dzieckiem.

*Edyta Poniatowska  
Logopeda*