

Więcej o jękanii...

Jękanie jest złożonym zaburzeniem płynności mowy charakteryzującym się mimowolnym powtarzaniem lub przedłużaniem dźwięków, sylab lub słów albo zawahaniem czy blokami, które zakłócają płynny, rytmiczny potok mowy. O wystąpieniu i utrzymywaniu się jękania może decydować wiele czynników, w tym czynniki neurofizjologiczne lub genetyczne, a także biologiczne lub lingwistyczne. Około 5%–10% dzieci w wieku przedszkolnym jąka się, chociaż u wielu z nich jękanie ustąpi samoistnie. Na prawdopodobieństwo utrzymywania się jękania po okresie wczesnego dzieciństwa mogą wpływać różne zmienne, takie jak historia jękania w rodzinie, czynniki rozwojowe albo środowiskowe. Jąka się około 1% dzieci starszych, młodzieży i dorosłych. Osoby z jękanem mogą doświadczać trudnych emocji i mieć negatywne nastawienie do swojej mowy. Aby radzić sobie z tą dysfunkcją, mogą próbować unikać pewnych słów i sytuacji. Niektórzy skutecznie ukrywają swoje jękanie w sytuacjach ekspozycji społecznej – określa się to mianem jękania uwewnętrznionego lub ukrytego. Osoby jąkające się często bywają stygmatyzowane, niestety wiele dzieci staje się ofiarami mobbingu szkolnego. Reakcje społeczne na jękanie, szczególnie w bezpośrednim otoczeniu rodzinnym oraz rówieśników i nauczycieli, mogą mieć duży wpływ na codzienne funkcjonowanie i jakość życia dzieci – pozytywny lub negatywny. Badania naukowe wykazały, że poziom wiedzy na temat jękania jest niski, a w społeczeństwie rozpowszechnione są stereotypy na temat tego typu niepełności mowy. (St. Louis, 2015)



Polecane publikacje:

- de Geus, E. (2013). *Czasami po prostu się jąkam*. Centrum Logopedyczne.
- Kelman, E., Whyte, A. (2018). *Zrozumieć jękanie*. Wydawnictwo Edukacyjne.
- Lenz Holte, D. (2016). *Głos odzyskany. Poradnik dla rodziców dzieci jąkających się*. Wydawnictwo Edukacyjne.
- Sakwerda, A. (2020). *Spokojnie, to tylko jękanie!* Centrum Logopedyczne.
- Schneider, P. (2017). *Moje dziecko się jąka. Co mogę zrobić?* Centrum Logopedyczne.
- Szerszeńska, A. (2013). *Jękanie to nie wyrok. Poradnik dla rodziców dzieci jąkających się*. Impuls.
- Szerszeńska, A. (2020). *Tymon i piłka w grze*. New Space.
- Tarkowski, Z. (2010). *Jękanie. Księga pytań i odpowiedzi*. Harmonia.
- Węsierska, K., Jeziorczak, B. (2019). *Czy moje dziecko się jąka? Przewodnik dla rodziców małych dzieci, które mają problem z płynnym mówieniem*. Centrum Logopedyczne.

Więcej informacji można znaleźć na stronach internetowych:

- LOGOLab: www.logolabedu.pl
- American Speech-Language-Hearing Association: www.washa.org
- British Stammering Association: www.stamma.org
- International Fluency Association: www.theifa.org
- International Stuttering Association: www.isastutter.org
- National Stuttering Association: www.nsastutter.org
- Stuttering Foundation: www.stutteringhelp.org
- Stuttering Home Page: www.mnsu.edu/comdis/kuster/stutter.html

Opracowanie: Tim Anderson, Kristin Åmodt, Aleksandra Boroń, Izabela Michta, Monika Pakura, Agata Sakwerda, Signhild Skogdal, Hilda Sønsterud i Katarzyna Węsierska

Konsultacja naukowa: Kenneth O. St. Louis i Mary Weidner

Tłumaczenie na język polski: Ewa Ficik, Małgorzata Grzonka, Małgorzata Kądzioła, Katarzyna Węsierska i Katarzyna Wyrwas

Projekt graficzny: Agnieszka Ilaszczuk

Co jest, a co nie jest wsparciem – opinie jąkających się dzieci i ich rodziców

TO TRZEBA ROBIĆ:

- Utrzymywać kontakt wzrokowy.
- Być cierpliwym.
- Zdobyć wiedzę o jękanem.
- Zachowywać się neutralnie.
- Angażować dziecko – „włączać” w różne aktywności.



TEGO NIE NALEŻY ROBIĆ:

- Wyśmiewać się z dziecka.
- Kończyć słowa za dziecko.
- Przedrzeżniać jękania.
- Żartować z jękania.
- Używać określenia „jąkała”.



Jak najlepiej wspierać jąkające się dzieci w komunikacji międzyludzkiej?

Niniejszy materiał jest oparty na wynikach międzynarodowych badań naukowych przeprowadzonych wśród jąkających się dzieci i ich rodziców z wykorzystaniem kwestionariusza *Indywidualna ocena wsparcia w przypadku jąkania – wersja dla dziecka/ dla rodzica (Personal Appraisal of Support for Stuttering – Children/ Parents; Weidner, St. Louis, 2015)*. Celem badań było uzyskanie rzetelnej odpowiedzi na pytanie: „Co jest, a co nie jest wspierające w opinii dzieci jąkających się i ich rodziców?”. Do tej pory wdrożono kilka projektów badawczych, prace wciąż trwają i mają na celu dalsze gromadzenie informacji na całym świecie (Weidner et al., 2019; Weidner et al., 2021; Węsierska et al., 2019).

Bibliografia:

- St. Louis, K.O. (2015). Epidemiology of public attitudes toward stuttering. W: K.O. St. Louis (red.), *Stuttering meets stereotype, stigma, and discrimination an overview of attitude research* (7–42). West Virginia University Press.
- St. Louis, K.O., Irani, F., Gabel, R.M., Hughes, S., Langevin, M., Rodriguez, M., Scott, K.S., Weidner, M. (2017). Evidence-based guidelines for being supportive of people who stutter in North America. *Journal of Fluency Disorders*, 53, 1–13.
- St. Louis, K.O., Węsierska, K., Saad Merouwe, S., Abou Melhem, N., Dezort, J., Laciková, H. (2019). How Should We Interact with Adults Who Stutter? Let's Hear from Them. W: D. Tomaiuolo (red.), *Proceedings of the 3rd International Conference on Stuttering* (172–183). Trento: Erickson.
- St. Louis, K., Irani, F., Gabel, R., Hughes, S., Langevin, M., Rodriguez, M., Weidner, M. (2017). Evidence-based guidelines for being supportive of people who stutter in North America. *Journal of Fluency Disorders*, 53, 1–13.
- Weidner, M., St. Louis, K.O. (2015). *Personal Appraisal on Stuttering Support-Child*. Populore.
- Weidner, M., Węsierska, K., Laciková, H., Sønsterud, K., St. Louis, K.O., Skogdal, S., Åmodt, K., Scaler-Scott, K., Coleman, C. (2021). *Personal Appraisals of Support from the Perspective of American, Norwegian, Polish and Slovak Children Who Stutter and Their Parents*. Prezentacja posteru podczas XII Oxford Dysfluency Online Conference. Oxford, United Kingdom.
- Weidner, M., Węsierska, K., St. Louis, K.O., Scaler-Scott, K. (2019, czerwiec). *Supporting Children Who Stutter: Experiences and Perspectives of American and Polish Parents*. Prezentacja podczas Światowego Kongresu Jąkania w Hveragerdi, Islandia.
- Węsierska, K., St. Louis, K.O., Weidner, M. (2019, sierpień). *Personal Appraisals of Support from the Perspective of Polish Children Who Stutter*. Prezentacja posteru podczas Kongresu Stowarzyszenia Logopedów w Foniatrów w Taipei, Tajwan.

Zapamiętaj!

Opierając się na wynikach badań naukowych – ilościowych i jakościowych, wypracowano pewne uniwersalne wskazania, co robić, a czego nie robić podczas interakcji z jąkającymi się dziećmi. Niektóre inne, wysoce zindywidualizowane rodzaje wsparcia należy omówić z dzieckiem, jak na przykład:

- udzielanie dziecku porad na temat tego, co ma robić, lub sugerowanie mu, jak ma się czuć;
- zadawanie mu pytań dotyczących jąkania;
- aranżowanie mu spotkań z innymi jąkającymi się ludźmi.

Podczas kontaktów z jąkającym się dzieckiem pomocne będą następujące ogólne zalecenia:

- Bądź cierpliwy i przyjazny.
- Zachowuj naturalny kontakt wzrokowy i język ciała.
- Skoncentruj się na treściach, które przekazuje dziecko, a nie na tym, czy mówi ono płynnie.
- Unikaj kończenia zdań dziecka lub udzielania wskázówek, których ono prawdopodobnie nie oczekuje.
- Miej świadomość, że pozornie pomocne komentarze, jak np. „zwolnij” czy „pomyśl o tym, co chcesz powiedzieć”, a także działania (np. żartowanie z jąkania) często mogą być niepożądane lub nieprzydatne.
- Dzieci jąkające się mogą mieć indywidualne preferencje dotyczące reakcji słuchacza, które one uznają za pomocne.
- Ważne jest, aby nawiązać pełną zaufania relację, otwarcie porozmawiać ze wszystkimi i zidentyfikować te oczekiwania tak, aby dzieci mogły otrzymać maksymalne wsparcie od osób, z którymi się komunikują (na podstawie St. Louis et al, 2017; 2019).

Opinie dzieci o tym, co chciałoby, aby wiedzano o jąkaniu:

- To nie jest choroba, to moja cecha – nie wada.
- Jąkanie to normalna rzecz i da się z nim żyć.
- Jąkanie nie jest zaraźliwe.
- To, że się jąkam, to nie moja wina.
- To, że się jąkam, nie znaczy, że jestem głupkiem.
- Ludzie jąkający się są tacy sami jak inni.
- Należy być cierpliwym, bo osobie, która się jąka, bardzo pomaga, gdy się jej spokojnie wysłucha.
- Pomogłoby nam, gdyby ludzie znali przyczyny jąkania i zrozumieli, że jąkania się nie leczy, a także jak czuje się osoba, która się jąka.

Opinie opiekunów na temat tego, co jest najtrudniejsze w byciu rodzicem dziecka z jąkaniem:

- Pogodzenie się z faktem, że dziecko się jąka.
- Pełna akceptacja jąkania u własnego dziecka
- Udzielanie odpowiedzi na pytania dziecka: „Dlaczego to ja się jąkam?”
- Obawy, że środowisko nie zaakceptuje dziecka, które się jąka.
- Ciągłe pytania ze strony innych o to, czy coś robimy w sprawie jąkania i dlaczego ono wciąż się jąka.
- Świadomość, że być może dziecko unika pewnych sytuacji ryzykownych, związanych z publicznym wypowiedzianiem się, że jąkanie będzie je ograniczać i może wpłynąć na samoocenę i poczucie własnej wartości.
- Świadomość braku akceptacji dla inności dziecka w grupie.
- To, że inni ludzie dziecka nie zaakceptują, będą je wyśmiewać lub uważać za kogoś gorszego.
- Poczucie bezradności, gdy nie można pomóc dziecku, które nie jest w stanie powiedzieć tego, co chce.
- Tłumaczenie nauczycielom, jak należy współpracować z dzieckiem, które się jąka.
- Towarzystwo dziecku w tych sytuacjach, gdy rezygnuje z kontaktu słownego, gdy się wycofuje.
- Troska o przyszłość dziecka, o to, by pomimo jąkania miało udane życie.