

1^ο ΚΕΣΥ ΠΕΙΡΑΙΑ, 2021**«ΤΡΑΥΛΙΣΜΟΣ»****ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΤΟΥΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ**

Ολοένα και συχνότερα συναντούμε γονείς και εκπαιδευτικούς όπου μας αναφέρουν πως αρκετά παιδιά, τα δικά τους παιδιά, δυσκολεύονται κατά τον φυσιολογικό ρυθμό της ομιλίας τους με απόρροια να δυσχεραίνονται οι επικοινωνιακές και κοινωνικές συνδιαλλαγές στην καθημερινότητα των παιδιών. Ακόμη, μας μεταφέρουν τις ανησυχίες τους σε σχέση με ορθότερο τρόπο υποστήριξης των παιδιών τους στο σπίτι, αλλά και των μαθητών στην σχολική τάξη.

ΟΡΙΣΜΟΣ

Α. Ως διαταραχή τραυλισμός με βάση το DSM-V ορίζεται, η διαταραχή της φυσιολογικής ροής και της ρυθμικής διαμόρφωσης της ομιλίας, οι οποίες είναι απρόσφορες για την ηλικία του ατόμου και τις γλωσσικές δεξιότητες. Ο τραυλισμός μπορεί να έχει είτε σταδιακή είτε ξαφνική έναρξη και η πρόοδος είναι συχνά σποραδική, περιλαμβάνοντας αλλαγές που κυμαίνονται από την απουσία συμπτωμάτων έως ήπια ή σοβαρά συμπτώματα ανάλογα με τις επικοινωνιακές δραστηριότητες του κάθε ατόμου. Ακόμη, όταν εξακολουθούν να υφίστανται με την πάροδο του χρόνου και χαρακτηρίζονται από συχνή και σημαντική παρουσία ενός (ή περισσότερων) από τα ακόλουθα:

1. Επαναλήψεις ήχων και συλλαβών
2. Επιμηκύνσεις ήχων (συμφώνων και φωνηέντων)
3. Διακοπτόμενες λέξεις (πχ. παύσεις μέσα στις λέξεις)
4. Ηχηρές ή σιωπηλές αναστολές γεμάτες ή κενές παύσεις ομιλίας)
5. Περιφράσεις (υποκαταστάσεις λέξεων για αποφυγή προβληματικών λέξεων)
6. Παραγωγή λέξεων με υπέρμετρη φυσική ένταση
7. Επαναλήψεις ολόκληρων μονοσύλλαβων λέξεων
8. Εμβολές ήχων (πχ. εεεε)

1^ο ΚΕΣΥ ΠΕΙΡΑΙΑ, 2021

Β. Η διαταραχή της ροής της ομιλίας προκαλεί άγχος (συναισθηματικές δυσκολίες) για την ομιλία ή περιορισμούς στην αποτελεσματική επικοινωνία, την κοινωνική συμμετοχή και την ακαδημαϊκή επίδοση, μεμονωμένα ή σε οποιοδήποτε συνδυασμό.

Γ. Η έναρξη των συμπτωμάτων συμβαίνει στην πρώιμη αναπτυξιακή περίοδο και τα συμπτώματα διαρκούν πάνω από 6 μήνες

*****Εάν έχετε εντοπίσει τυχόν δυσκολίες στην εύρυθμη ροή της ομιλίας του παιδιού, απευθυνθείτε σε ειδικούς ώστε να υποστηριχθεί με την κατάλληλη θεραπευτική παρέμβαση (αναπτυξιολόγο, λογοθεραπευτή, ψυχολόγο).**



ΓΟΝΕΙΣ:

- **ΑΡΓΗ ΟΜΙΛΙΑ:** Υιοθέτηση μοντέλου αργής φυσικής ομιλίας και να μην υπάρχει βιασύνη ώστε το παιδί να σας ακολουθήσει.
- **ΣΕΒΑΣΜΟΣ & ΧΡΟΝΟΣ:** Να σέβεστε τις στιγμές ‘σιωπής’ του παιδιού και να προσφέρετε τον απαιτούμενο χρόνο ώστε να χαλαρώσει και να σας μιλήσει.
- **ΥΠΟΜΟΝΕΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ:** Υιοθετήστε μια χαλαρή, υπομονετική και υποστηρικτική έκφραση όταν μιλάει το παιδί.
- **ΟΠΤΙΚΑ ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ:** Τοποθετήστε οπτικά βοηθήματα - σημειώσεις, στο σπίτι σε διάφορα εμφανή σημεία ώστε να τα βλέπει το παιδί και να θυμάται για τυχόν υποχρεώσεις ώστε να μην αυξάνεται το άγχος του.
- **ΑΝΑΜΟΝΗ:** Εάν το παιδί σας βιώνει μια έντονη στιγμή τραυλισμού και αναμένετε μια απάντηση, βοηθήστε το και απλοποιείστε ή μειώστε την ερώτηση σας ώστε να αναμένετε μια σύντομη απάντηση. Ο σκοπός είναι να αποφευχθεί η ενίσχυση του τραυλισμού και να το κάνουμε με παθητικό τρόπο.
- **ΑΠΛΟΠΟΙΗΣΗ ΗΜΕΡΙΣΙΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:** Μειώστε την πίεση του χρόνου από τον τρόπο ζωής του παιδιού με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Όχι έντονες δραστηριότητες με γρήγορους ρυθμούς ανταπόκρισης σε αυτές και όχι πιεστικό περιβάλλον. Η δόμηση του καθημερινού προγράμματός του, μπορούν να σας βοηθήσουν εδώ ώστε το παιδί να είναι πιο προετοιμασμένο.

1^ο ΚΕΣΥ ΠΕΙΡΑΙΑ, 2021

- **ΧΡΟΝΙΚΗ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΗ ΔΙΑΛΟΓΟΥ:** Σταματήστε για ένα δευτερόλεπτο προτού απαντήσετε στην πρόταση του παιδιού- ειδικά εάν αντιμετωπίζουν αστάθεια. Να θυμάστε ότι η υιοθέτηση του αργού ρυθμού μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά τους.
- **ΑΠΛΟ ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ:** Με μικρότερα παιδιά, χρησιμοποιήστε λιγότερο εξελιγμένη γλώσσα (απλό λεξιλόγιο- συγκεκριμένες ερωτήσεις) έτσι ώστε το παιδί να μπορεί να σας «παρακολουθεί».
- **ΣΥΖΗΤΗΣΗ:** Να συζητάτε σημαντικά για εκείνα θέματα και να μιλάτε για τον τραυλισμό ανοιχτά ώστε να ενισχυθεί το υποστηρικτικό περιβάλλον για το παιδί σας και να νιώθει οικεία.
- **ΑΠΟΔΟΧΗ:** Πάνω απ' όλα, *αποδεχτείτε το παιδί σας όπως είναι*. Η πιο ισχυρή δύναμη θα είναι η υποστήριξή σας προς εκείνο και η ενίσχυση της αυτοπεποίθησης του, είτε τραυλίζει είτε όχι.

STUTTERING

When your kid stutters



DO's

- Help them control the fear that's associated with social speaking.
- Breathing exercises.
- Join a support group.
- Develop a sense of humour about stuttering.



DON'Ts

- Finish sentences or fill in words.
- Shift your eye contact or fidget.
- Say "relax" or "slow down".
- Speak deliberately slowly or too fast.
- Show that you are impatient.

1^ο ΚΕΣΥ ΠΕΙΡΑΙΑ, 2021



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ:

- **ΧΡΟΝΟΣ:** Μην λέτε στον μαθητή ‘πιο αργά ή χαλάρωσε’ καθώς συχνά αγχώνεται περισσότερο. Πείτε ‘πάρε τον χρόνο σου και όταν νιώσεις έτοιμος ξεκινάς’.
- **ΠΙΕΣΗ:** Μην πιέζετε τον μαθητή να απαντήσει σε συγκεκριμένο χρόνο και αποφύγετε τις εντάσεις, αντίθετα δημιουργήστε ένα υποστηρικτικό κλίμα και επιθυμητή χρονική αναμονή.
- **ΑΝΑΜΟΝΗ:** Μην συμπληρώνετε εσείς τις προτάσεις ή λέξεις για τον μαθητή, ακόμη και εάν γνωρίζετε τι θα πει. Αφήστε τον να ολοκληρώσει την σκέψη του και τα λεγόμενα του στον χρόνο του.
- **ΣΥΖΗΤΗΣΗ:** Βοηθήστε και εξηγήστε σε όλα τα παιδιά της τάξης να μάθουν να περιμένουν την σειρά τους και να ακούν τον συνομιλητή τους.
- **ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ:** Δείξτε το ενδιαφέρον σας την ώρα που μιλά ο μαθητής που τραυλίζει, διατηρήστε πρόσφορη βλεμματική επαφή και την ανάλογη εκφραστικότητα για μια επιτυχημένη επικοινωνιακή συνδιαλλαγή.
- **ΕΡΩΤΗΣΗ-ΑΠΑΝΤΗΣΗ:** Όταν μέσα στην τάξη κάνετε μια ερώτηση σε ένα παιδί που τραυλίζει, σχηματίστε την ερώτηση με τέτοιο τρόπο έτσι ώστε η απάντηση να μπορεί να δοθεί με λίγες λέξεις.
- **ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ:** Συμφωνήστε με το παιδί πότε προτιμά να συμμετέχει (πχ. στην αρχή ή στο τέλος) και με ποιον τρόπο.
- **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ:** Πρόσφορο θα ήταν ο μαθητής να γνωρίζει πιθανές δραστηριότητες όπου θα ακολουθήσουν και απαιτείτε η προφορική συμμετοχή του, ώστε να μειώσει το τυχόν άγχος του.
- **ΣΤΗΡΙΞΗ:** Δημιουργήστε ένα οικείο και θετικό κλίμα και υποστηρίξτε τον μαθητή να επικοινωνήσει δίνοντας λεκτικές ευκαιρίες καθώς και παράλληλα μειώνεται το άγχος του μαθητή.

1^ο ΚΕΣΥ ΠΕΙΡΑΙΑ, 2021

- **ΧΑΛΑΡΟΣ ΡΥΘΜΟΣ/ΠΑΥΣΕΙΣ:** Όλα τα παιδιά που τραυλίζουν-ειδικότερα όταν τραυλίζουν-βρίσκουν πιο εύκολη την επικοινωνία όταν έχουν λιγότερες παρεμβάσεις/ διακοπές και έχουν την ακουστική προσοχή των συνομιλητών τους.
- **ΙΔΙΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ:** Αναμένετε την ίδια ποιότητα και ποσότητα εργασιών από τον μαθητή που τραυλίζει όπως και των υπολοίπων που δεν τραυλίζουν.
- **ΑΠΟΔΟΧΗ:** Μην δημιουργείτε την αίσθηση ότι ο τραυλισμός είναι κάτι ενοχικό, αντίθετα μιλήστε για τον τραυλισμό όπως για κάθε άλλο ζήτημα.
- **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΛΟΓΟΥ:** Σιγουρευτείτε ότι ακούτε το περιεχόμενο των μηνυμάτων και μην δίνετε έμφαση στον τρόπο όπου εκφέρεται η πρόταση.
- **ΣΕΒΑΣΜΟΣ:** Διατηρήστε ατομικές συζητήσεις και τον προσωπικό χώρο όπου ο μαθητής επιθυμεί μέσα στην τάξη. Σεβαστείτε τις ανάγκες των μαθητών σας.
- **ΜΙΚΡΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ:** Περιορίστε τον καταγισμό των ερωτήσεων στον μαθητή που τραυλίζει, πραγματοποιείτε μικρές ευκρινείς ερωτήσεις και αναμείνετε για την απάντησή του.
- **ΜΕΓΑΛΟΦΩΝΗ ΑΝΑΓΝΩΣΗ:** Εάν κάποια παιδιά που τραυλίζουν αντιμετωπίζουν δυσκολία με τη μεγαλόφωνη ανάγνωση, δοκιμάστε εάν τους διευκολύνει, το να διαβάζουν παράλληλα με ένα άλλο παιδί ή ως ζευγάρια όλη η τάξη ώστε να αποφευχθεί η διάκριση. Στην πορεία, η αυτοπεποίθηση θα αυξηθεί και θα κατορθώσει να αποκτήσει μεγαλύτερη αναγνωστική ευχέρεια.
- **ΔΟΜΕΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ/ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ:** Ενημερώστε κατάλληλα τους γονείς ώστε να αξιοποιήσουν τις διαθέσιμες εκπαιδευτικές- θεραπευτικές πηγές με σκοπό την βέλτιστη υποστήριξη του μαθητή (ΚΕΣΥ, λογοθεραπευτή, ψυχολόγο, κοινωνικό λειτουργό).

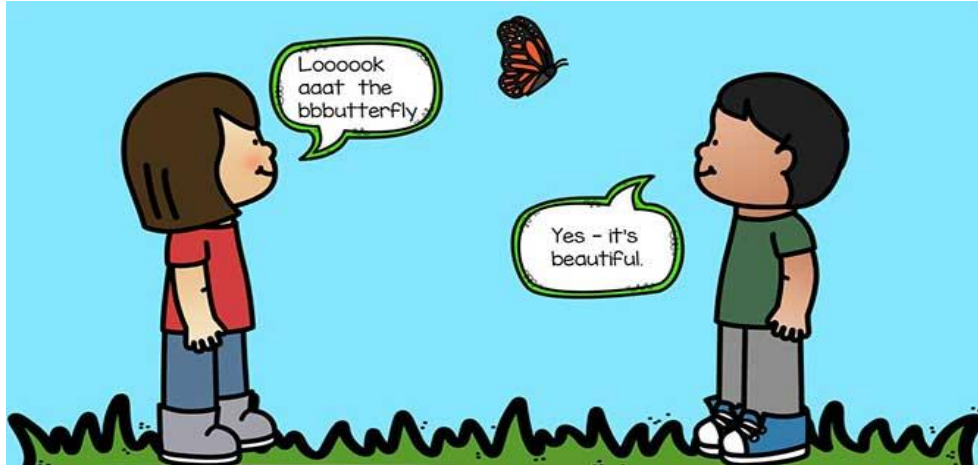
ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ -ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

(*Συμβουλευτείτε τον ειδικό)



- ✓ ΧΑΛΑΡΩΣΗ
- ✓ ΑΝΑΠΝΟΗ
- ✓ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ
- ✓ ΜΕΙΩΣΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ ΑΠΟΦΥΓΗΣ
- ✓ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ
- ✓ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΟΜΙΛΙΑΣ
- ✓ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ- ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

1^ο ΚΕΣΥ ΠΕΙΡΑΙΑ, 2021



Ενδιαφέρουσες πληροφορίες και βίντεο:

<http://www.logopedists.gr/logopedists/%ce%bf%ce%b5%ce%b5%ce%b4%cf%81%ce%bf/>

Ενδεικτική Βιβλιογραφία:

Κάκουρος Ευθύμιος, Μανιαδάκη Κατερίνα, 2006, *Τραυλισμός*, Τυπώθητω, Αθήνα

Καμπανάρου Μαρία, 2007, *Διαγνωστικά Θέματα Λογοθεραπείας*, εκδόσεις Ελλην, Αθήνα

<https://www.stutteringhelp.org/>

<https://www.asha.org/public/speech/disorders/stuttering/>

<http://www.nsastutter.org/>