

Praca zespołu w składzie:
Barbara Bednarska
Helena Liwo
Kinga Wasila
Pod redakcją Doroty Szubstarskiej

Pierwsze kroki, dźwięki, słowa w praktyce

Suplement do poradnika
dla rodziców małych dzieci z wadą słuchu

Gdańsk 2015

Praca zespołu w składzie:
Barbara Bednarska
Helena Liwo
Kinga Wasila
Pod redakcją Doroty Szubstarskiej

**Pierwsze kroki dźwięki słowa
w praktyce**
Suplement do poradnika
dla rodziców małych dzieci z wadą słuchu

Opracowanie graficzne: Dorota Szubstarska, Kinga Wasila
Rysunki: Kinga Wasila

ISBN 978-83-61216-38-4

Publikacja bezpłatna

Publikacja dofinansowana ze środków
Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych



wydana przez Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki
i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu PZG w Gdańsku
przy współpracy Oddziału Pomorskiego Polskiego Związku Głuchych



Przygotowanie do druku: wydawnictwo GALAN, Gdańsk
Druk: drukarnia AGNI, Pruszcz Gdański

Drodzy Rodzice,

Niech Was nie zwiedzie pozornie lekka forma kolejnych kart tej książki, bo mówimy w niej o rzeczach naprawdę ważnych dla Waszego dziecka. Być może niektóre z nich uznacie za oczywiste, ale prosimy: poświęćcie im swoją uwagę i refleksję.

Znajdziecie na kartach tej książki nieco „bałaganu” czyli trochę tego... trochę tamtego... Na poważnie i na wesoło. W różnym kształcie i pomieszanej formie. Bo takie właśnie różnorodne jest życie z małym dzieckiem. Chcemy Wam w nim towarzyszyć.

W dzisiejszym zabieganym świecie, przepętnionym informacjami, trudno czasem rozpoznać te najważniejsze sprawy. Do nich zaś niewątpliwie należą podstawy wspólnego bycia z małym dzieckiem. Szczególnie wtedy, gdy z powodu niepełnosprawności zagrożony jest jego prawidłowy rozwój. To nie jest wszystko jedno, jak do niego mówimy, jakie zabawki wybieramy, w jaki sposób wprowadzamy w świat dźwięków. Potrzebna jest świadomość czasem nawet najprostszych działań.

Kiedy trafiacie wraz ze swoim małym dzieckiem pod opiekę specjalistów, możecie poczuć się niepewnie. Z jednej więc strony ta książka ma Wam pomóc w odnalezieniu i wzmocnieniu Waszej rodzicielskiej intuicji. Z pewnością w wielu miejscach znajdziecie w niej potwierdzenie, że postępujecie właściwie.

Z drugiej strony zyskacie tematy do przedyskutowania z psychologiem, logopedą lub pedagogiem. Bo przecież często sama świadomość problemu nie wystarczy, a każde dziecko jest inne. Ta książka nie jest przepisem czy receptą - raczej zbiorem drogowskazów do zabawy i wspólnych działań w domu. I **nie zastępuje** rehabilitacji słuchu i mowy. Zajęcia ze specjalistami są ważne i nie da się ich zamienić na najlepsze nawet „samouczek”.

Uzupełniamy poradnik „Pierwsze kroki, dźwięki, słowa” wydany w roku 2009, wznowiony w 2015 roku. Długie teksty przekładamy na uproszczony język, by wzmocnić to wszystko, co w Waszej domowej, rodzicielskiej rzeczywistości jest najważniejsze. Poszukajcie na kartach tej książki radości i przyjemności zabawy, jaka powinna towarzyszyć każdemu małemu dziecku! To właściwy klimat do rozwoju słuchu, mowy, języka.

DOBREJ I MADREJ ZABAWY!



O tym, co jest ważne
w słuchaniu

„LA LA LA
TAK ŚWIAT GRA,
A UWAŻNIE SŁUCHAM JA!”

CO W SŁUCHANIU JEST WAŻNE OD SŁUCHANIA DO SŁYSZENIA

AKTYWNE
SŁUCHANIE

JEST DŹWIĘK,
CZY GO NIE MA?

ŚWIADOMOŚĆ DŹWIĘKU
I JEGO ODKRYWANIE

GDZIE SŁYCHAĆ
DŹWIĘK?

LOKALIZACJA

TEN CZY INNY?
JAKI JEST DŹWIĘK?

RÓŻNICOWANIE

CO ZNACZY DŹWIĘK?

IDENTYFIKOWANIE
CZYLI ROZUMIENIE

CO TO BYŁ ZA DŹWIĘK?

PAMIĘĆ SŁUCHOWA

Uczenie się aktywnego słuchania jest **drogą**, którą niesłyszące dziecko pokonuje **wielokrotnie**. Każdy etap drogi jest przygotowaniem do następnego, a jednocześnie utrwalaniem zdobytych umiejętności słuchowych. Na niektórych z nich można zatrzymać się dłużej lub też do nich wrócić. Zależy to od indywidualnego rozwoju dziecka. Dziecko powinno odkryć, że **słuchanie jest mu potrzebne** do rozumienia otaczającego świata i komunikowania się w nim.

APARAT/IMPLANT SŁUCHOWY PRZYJAŹŃ NA CAŁE ŻYCIE

Obudowa aparatu/implantu może być kolorowa lub w deseń. Pozwól dziecku na wybór.



Uwaga!
Twoja akceptacja pomoże dziecku „zaprzyjaźnić się” z urządzeniem.

- * wspomaga odbiór dźwięków
- * pomaga dziecku rozwijać jego słuch
- * ułatwia lokalizowanie dźwięku i orientację przestrzenną
- * wspiera rozwój i rozumienie mowy
- * daje radość z przebywania w świecie dźwięków

NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ - PRAKTYCZNA INSTRUKCJA OBSŁUGI

- Przyzwyczajaj dziecko do codziennego i coraz dłuższego noszenia aparatu/implantu.
- Aparat i implant wymagają zasilania, codziennie sprawdzaj stan baterii lub akumulatora.
- Umocuj aparat/implant opaską tak, aby nie zakrywała mikrofonu.
- Co kilka miesięcy wymieniaj wkładki w aparacie, zbyt małe lub duże utrudniają właściwe przewodzenie dźwięku w aparacie i stanowią dyskomfort dla dziecka.
- Chronić urządzenie przed szkodliwymi czynnikami (wilgoć, upadek, zdarzenia „losowe” np. pogryzienie przez psa). Zapytaj protetyka słuchu o sposoby zabezpieczenia aparatu/implantu.
- Rożek, rurka (przewód dźwiękowy) i wkładka w urządzeniu powinny być czyste i suche, co pozwoli na prawidłowe dotarcie do niego dźwięku.
- Warto mieć zapasowe baterie w miejscach, gdzie dziecko często przebywa (u dziadków, cici), zapobiegnie to byciu w ciszy w razie awarii urządzenia.

ZWRACAJ UWAGĘ NA REAKCJE SŁUCHOWE DZIECKA W APARACIE/IMPLANCIE, OBSERWUJ JEGO ZACHOWANIA (PŁACZ I NIECHĘĆ LUB ZADOWOLENIE) PRZY ZAKŁADANIU I NOSZENIU URZĄDZENIA. INFORMUJ O NICH AUDIOPROTETYKA, CO POMOŻE WE WŁAŚCIWYM USTAWIENIU URZĄDZENIA.

ŚWIADOMOŚĆ/ODKRYCIE DŹWIĘKU

To początkowy etap aktywnego słuchania. Dziecko uczy się wykrywania obecności dźwięków w swoim otoczeniu, oswaja z ich różnorodnością i przejawia gotowość do ich słuchania. Spontaniczna reakcja na dźwięki, jaką jest odruch uszno-powiekowy czy ruch całego ciała, nabiera charakteru bardziej świadomego. Dziecko umie już zasygnalizować, że usłyszało sygnał akustyczny.



KAŻDA
OSOBA
LUB RZECZ

MOŻE BYĆ ŹRÓDŁEM DŹWIĘKU

ŚWIAT JEST PEŁEN RÓŻNYCH DŹWIĘKÓW!
ODKRYWAJ JE RAZEM Z DZIECKIEM

- zaciekawiaj dźwiękiem,
 - zachęcaj do słuchania
 - zwiększaj gotowość do słuchania
- poszerzaj zakres słuchanych przez dziecko dźwięków w różnych sytuacjach:

w domu

na spacerze

podczas zabaw
w piaskownicy

na rodzinnej
wycieczce

O!



ZABAWY Z DŹWIĘKAMI

Baw się dźwiękami razem z dzieckiem. Możesz to robić na wiele sposobów. Nadaje się do tego każda forma ruchowej aktywności. Wykorzystaj też zabawki, naśladuj wydawane przez nie odgłosy i dotącz do nich ruch.

Rób dłuższe celowe pauzy i zwracaj też uwagę dziecka na BRAK dźwięku. Samo oczekiwanie na dźwięk też jest ważne.

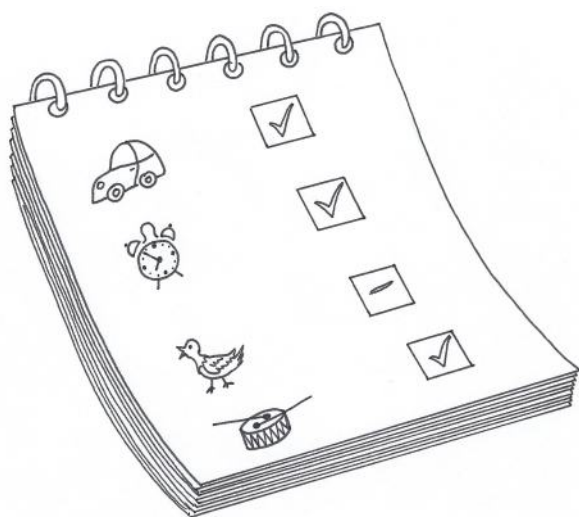
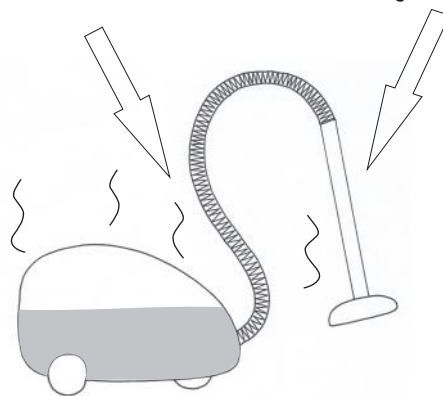
Zabawa to najlepszy sposób, aby zainteresować malucha światem dźwięków; bądź w niej jego partnerem.



DZIECI POZNAJĄ ŚWIAT POPRZEZ WIELE ZMYŚLÓW.

WYKORZYSTAJ TĘ ZASADĘ.

DŹWIĘK MOŻNA „ZOBACZYĆ” I „DOTKNAĆ”.



PAMIĘTAJ!

Twoje obserwacje są ważną informacją „diagnostyczną”

- uważnie obserwuj reakcje słuchowe dziecka
- zapisuj je na bieżąco, nasza pamięć bywa ulotna
- notatki mogą być przydatne w rozmowach z audiologiem, protetykiem słuchu lub logopedą

ZABAWY „NA SYGNAŁ”

Są aktywnością dziecka polegającą na wykonaniu dowolnej, ustalonej wcześniej czynności, która jest odpowiedzią na sygnał dźwiękowy (dźwięki otoczenia, instrumentu czy mowy). Podczas tego rodzaju zabaw maluch uczy się reagować na obecność lub brak bodźca akustycznego w sposób świadomy, początkowo łącząc go z bodźcem wzrokowym i dotykowym, stopniowo koncentrując się na samym dźwięku.



CZEKAJ NA REAKCJĘ DZIECKA



SŁUCHAJ I PATRZ

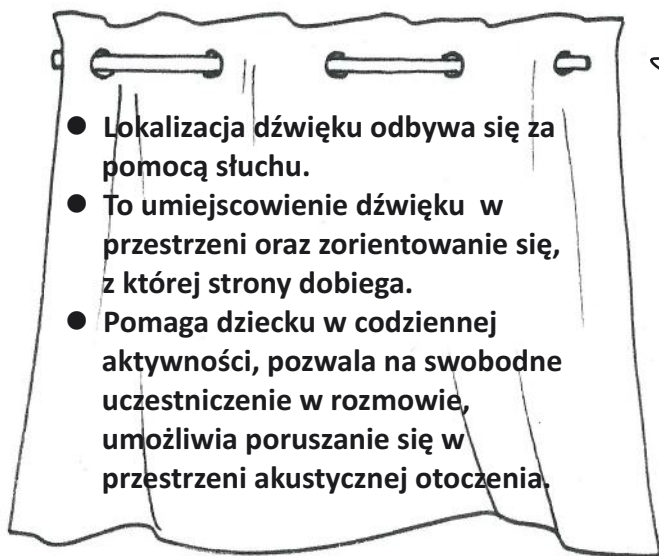
- Pokaż, jak skojarzyć dźwięk z przedmiotem, źródłem dźwięku, i zasygnalizować ruchem obecność dźwięku.
- Stopniowo wycofuj bodziec wzrokowy (chowaj lub zasłaniaj źródło dźwięku), w ten sposób sprawdzisz rzeczywiste możliwości słuchowe dziecka.
- Wykorzystuj różne dźwięki: otoczenia, mowy i muzyki, jako sygnały w zabawie.
- Zmieniaj aktywność dziecka w sygnalizowaniu reakcji na dźwięk, może nią być wrzucanie klocków, skakanie, klaskanie, tańczenie.
- Często powtarzaj zabawy.
- Pozwól dziecku na radość z zabawy i nagródź je uśmiechem, brawami, podrzuceniem do góry.

Uwaga! Zabawa na sygnał wymaga pewnej dojrzałości. Bardzo małe dziecko nie wykona zadania (nawet jeśli dobrze słyszy sygnał dźwiękowy). Daj dziecku czas na rozwój!

WARUNKOWANIE DO BADANIA AUDIOMETRYCZNEGO

Nauczenie się przez dziecko świadomej reakcji na dźwięk pomaga w późniejszym przeprowadzeniu badania audiometrycznego, wykreślenia progu słyszenia i komfortowym ustawieniu aparatów słuchowych lub/i procesora mowy.

LOKALIZOWANIE ŹRÓDŁA DŹWIĘKU



ADASIU!



- Baw się w „dźwiękowego chowanego” wykorzystując grające zabawki i przedmioty oraz swój głos do rozpoznawania przez dziecko miejsca, skąd dochodzi dźwięk.
 - Obserwuj, czy dziecko poprawnie lokalizuje z różnych stron.
 - Naprowadzaj na źródło dźwięku, wykorzystaj przy tym głos, dźwięk instrumentu, gest.



GORĄCO!.... CIEPŁO.... ZIMNO.....

RÓŻNICOWANIE DŹWIĘKÓW

Otoczające dziecko dźwięki różnią się od siebie charakterem. Są wśród nich dźwięki otoczenia, mowy czy też muzyki. Każdy z nich ma też określone cechy, takie jak czas trwania, natężenie, wysokość, tempo lub rytm. Różnicowanie dźwięków to przyporządkowanie ich do odpowiedniej grupy oraz uchwycenie i rozpoznanie ich cech.



ODGŁOSY
OTOCZENIA

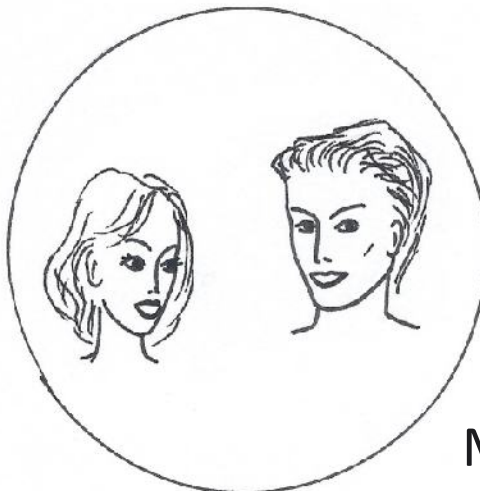


MUZYKA

SZYBKO-WOLNO

GŁOŚNO-CICHO

WYSOKO-NISKO



MOWA

- Baw się z dzieckiem instrumentami (ile razy uderzył bębenek, czy gra szybko czy wolno, głośno czy cicho, wysoko czy nisko).
- Różnicuj dźwięki domowe.
- Obserwuj, na jaki rodzaj dźwięków i które z jego cech dziecko reaguje.
- Prezentuj cechy dźwięku w sposób **BARDZO KONTRASTOWY**.

RÓŻNICOWANIE DŹWIĘKÓW MOWY

1. INACZEJ MÓWI:	MAMA TATA BABCIA	DZIADEK CIOCIA BRAT
2. MELODIA MOWY JEST RÓŻNA W:	PYTANIU ODPOWIEDZI ROZKAZIE	
3. TEMPO MOWY MOŻE BYĆ:	SZYBKIE WOLNE	
4. WYRAZY SĄ RÓŻNEJ DŁUGOŚCI:	JEDNO-, DWU-SYLABOWE WIELOSYLABOWE	
5. ZDANIA SĄ PROSTE LUB ZŁOŻONE:	JEDNO-, DWU-WYRAZOWE WIELOWYRAZOWE	
6. GŁOSKI RÓŻNIĄ SIĘ OD SIEBIE:	CZASEM TRWANIA GŁOŚNOŚCIĄ WYSOKOŚCIĄ	

UWAGA! DŹWIĘKI LINGA!

U

M

A

I

S

SZ

To głoski kontrastowe pod względem natężenia i częstotliwości. Reakcja dziecka na dźwięki Linga pokazuje jego słuchowy potencjał w zakresie rozwijania mowy dźwiękowej.

- BAW SIĘ Z DZIECKIEM DŹWIĘKAMI MOWY, BY POKAZAĆ ICH RÓŻNORODNOŚĆ.
- STOPNIJ TRUDNOŚĆ ZABAW - OD RÓŻNIC BARDZO KONTRASTOWYCH PO NAJDROBNIJSZE.
- OD UMIEJĘTNOŚCI RÓŻNICOWANIA DŹWIĘKÓW MOWY ZALEŻY JEJ JAKOŚĆ U DZIECKA.

SŁUCH FONEMOWY

TRUDNA SZTUKA RÓŻNICOWANIA GŁOSEK

Podstawowymi elementami mowy dźwiękowej są głoski. Niektóre są łatwiejsze, inne trudniejsze w odbiorze słuchowym, różnią się między sobą wieloma cechami.

KLASYFIKACJA AKUSTYCZNA GŁOSEK

GŁOŚNOŚĆ czyli POZIOM NATĘŻENIA	CICHE	Na przykład p, t, h, s, c, sz, k
	GŁOŚNE	Na przykład samogłoski oraz m, b, l, r, w

WYSOKOŚĆ DŹWIĘKU czyli CZĘSTOTLIWOŚĆ	WYSOKIE	Na przykład i, s, ś, h
	NISKIE	Na przykład m, n, u, ł

CZAS TRWANIA	DŁUGIE (o przedłużonym czasie trwania)	Na przykład samogłoski oraz f, w, m, s, l, r
	KRÓTKIE (o chwilowym czasie trwania)	Na przykład c, d, p, k, d



Dla sprawnej komunikacji językowej niezbędne jest słuchowe rozpoznawanie i różnicowanie wszystkich głosek, które zawiera wypowiedź. Ta ważna umiejętność nosi nazwę słuchu fonemowego. Dziecko uczy się jej w pierwszych latach swojego życia.

IDENTYFIKACJA DŹWIĘKÓW

Jest odkryciem znaczenia, jakie za sobą niosą dźwięki. To **najważniejsze i najtrudniejsze** zadanie w nauce słuchania. Do orientacji w świecie dźwięków nie wystarczy jedynie je usłyszeć, ale trzeba zrozumieć, co oznaczają.



ODKRYWAJ ŚWIAT ZNACZEŃ DŹWIĘKÓW RAZEM Z DZIECKIEM!

- baw się z dzieckiem w „dźwiękowe zgadywanki” w domu, na spacerze, na podwórku (co to za dźwięk, czyj to głos?);
- zwiększaj uwagę słuchową dziecka tak, aby starało się jak najdłużej skupić na słuchaniu muzyki, opowiadania, piosenki;
- przy każdej okazji utrwalaj poznane dźwięki;
- wykorzystuj sytuacje akustyczne bliskie dziecku tzn. te, które interesują malucha i koncentrują jego uwagę.

Dziecko powinno nauczyć się kojarzenia dźwięku z odpowiadającym mu przedmiotem, zjawiskiem czy osobą, co pozwoli mu na aktywne rozpoznawanie bodźców akustycznych i rozumienie dźwiękowego świata.

IDENTYFIKACJA DŹWIĘKÓW MOWY CZYLI ROZUMIENIE



PAMIĘĆ SŁUCHOWA

To zapamiętywanie i przetwarzanie coraz większej liczby informacji słuchowych, ich rodzaju i treści oraz tworzenie odpowiednich do nich wzorców słuchowych. Umożliwia dziecku intuicyjną identyfikację dźwięku i reakcję na niego w określonej sytuacji akustycznej. Na dojrzewanie tej ważnej funkcji mają wpływ procesy poznawcze dziecka, m. in. jego uwaga i spostrzeganie.

ZAPAMIĘTYWANIE I PRZETWARZANIE INFORMACJI SŁUCHOWYCH ORAZ TWORZENIE ADEKWATNYCH WZORCÓW SŁUCHOWYCH

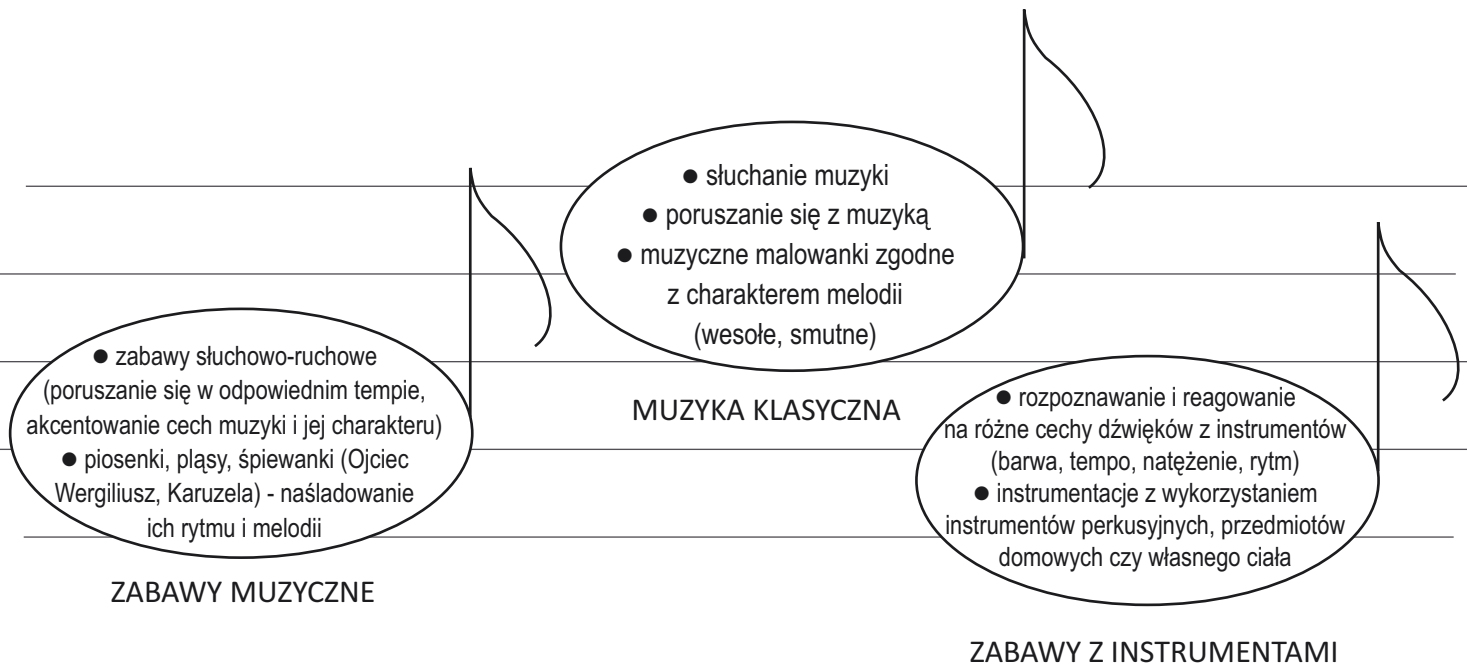


Bardzo ważna jest pamięć słuchowa dźwięków mowy. Dzięki niej możliwe jest szybkie „rozkodowanie” słyszanych głosek i wyrazów, rozumienie coraz bardziej złożonych poleceń i aktywne uczestniczenie w komunikacji językowej.

- Utrwalaj znaczenie poznawanych dźwięków przez ich powtarzanie w różnych sytuacjach. Pomoże to dziecku w tworzeniu wzorców słuchowych.
- Baw się z dzieckiem w rozpoznawanie i odtwarzanie dźwięków w określonej kolejności. To dobra „gimnastyka” jego uwagi słuchowej.
- Zwróć uwagę, czy dziecko odpowiednio rozpoznaje pojęcia kluczowe w zdaniu np. *połóż misia na stole*.
- Zwiększaj ilość elementów w poleceniach kierowanych do dziecka (od jednego do trzech) i zwróć uwagę, czy przy wykonywaniu odpowiednio je szereguje np. przynieś buty i piłkę.

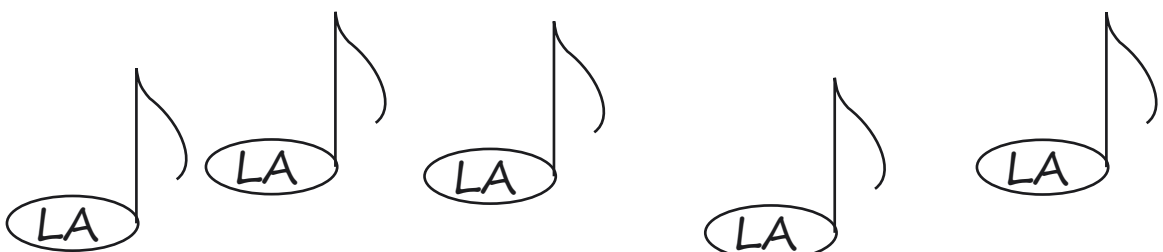
RUCH I DŹWIĘK CZYLI DOMOWA LOGORYTMIKA

Wykorzystanie różnorodnych form muzycznych – piosenek, płaśów, samodzielnej instrumentacji czy muzyki klasycznej oraz łączenie ich z ruchem rozwija percepcję słuchową dziecka, jego wrażliwość muzyczną i kształci jego dyspozycje muzyczne. Przede wszystkim jednak daje maluchowi radość z przebywania z muzyką.



BAW SIĘ MUZYKĄ Z DZIECKIEM NA RÓŻNE SPOSOBY!

- Zachęcaj do słuchania muzyki.
- Kołysz się i tańcz przy muzyce, przybliży to dziecku jej dźwiękową strukturę.
- **ŚPIEWAJ!** Połączenie muzyki i mowy ułatwi dziecku dotarcie do struktury muzycznej (prozodycznej) wypowiedzi i jej zapamiętanie.
- Prezentuj dźwięki muzyczne w sposób kontrastowy (cicho-głośno, wysoko-nisko), tylko tak maluch może zauważyć pomiędzy nimi różnicę.
- Kształć dyspozycje muzyczne dziecka (percepcję dźwięków muzycznych, poczucie tonalne, poczucie rytmu), te umiejętności mają wpływ na posługiwanie się elementami muzycznymi mowy.



ŚPIEWANKI, WOŁANKI, NAWOŁYWANKI, ŚPIEWNE DIALOGI, MELODYCZNE PRZEKOMARZANKI, czyli PIERWSZE ROZMOWY

Początkowa komunikacja malucha z otoczeniem ma charakter „śpiewany”. Niemowlę czy małe dziecko nie ma jeszcze możliwości sprawnego posługiwania się mową. Pojawiają się więc prewerbalne rozmowy oparte na samogłoskach, gaworzeniu czy onomatopejach. Są wspomagane mimiką, dotykiem, spojrzeniem i elementami prozodycznymi mowy (jej melodią, akcentem i rytmem). Podjęcie tych rozmów to również przygotowanie do mówienia prozodycznego, tak ważnego dla wyrazistego przekazu językowego.



Mów melodyjnie! Śpiewnie opowiadaj świat! Mowa i śpiew są swoim wzajemnym przedłużeniem.



- Wykorzystaj **rymy i rymowanki** - to elementy słuchu mownego. Pozwalają zapamiętać słowa i bawić się nimi oraz rozwijają słuch mowny dziecka.
- Prowadź z dzieckiem **dialog**, wykorzystując melodię mowy i proste wyrazy oraz dołączając do nich gesty, dotyk i wyrazistą mimikę.
- „Przekomarzaj się” z dzieckiem, razem gaworzcicie i „gawędźcie”.
- Rozmawiając z dzieckiem **czekaj na jego odpowiedź**. Może nią być jego głos, ruch oczu, ręk, przytulenie się.



Prozodia twoich wypowiedzi (ich melodia, akcent i rytm) zacieka dziecko i pozwoli mu je „rozszfrować” pomimo skomplikowanych jeszcze słów.

Oswoi także malucha z wzorcami prozodycznymi i nauczy ich, dzięki czemu jego przyszłe wypowiedzi będą bardziej zrozumiałe w odbiorze. Dziecko będzie mogło z większą swobodą uczestniczyć w komunikacji językowej.

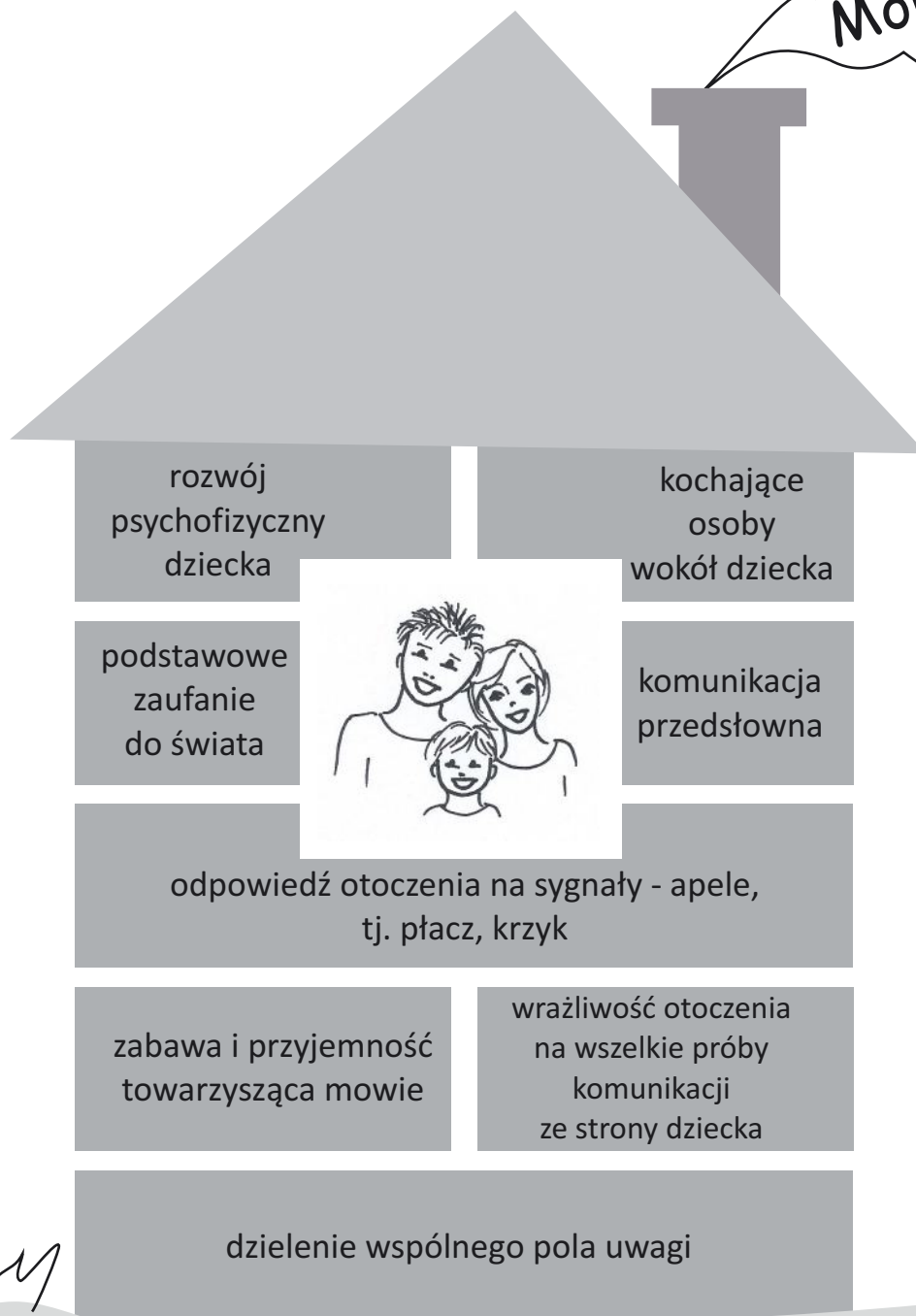


O trudnej sztuce rozumienia mowy

„MIAUCZY KOTEK MIAU.
COŚ TY KOTKU CHCIAŁ?”

FUNDAMENTY MOWY

Mowa dziecka



„Terapia niemowlęcia i małego dziecka niesłyszącego musi być prowadzona zgodnie z etapami rozwojowymi dziecka prawidłowo słyszącego.”

Susanna Schmid-Giovannini.”

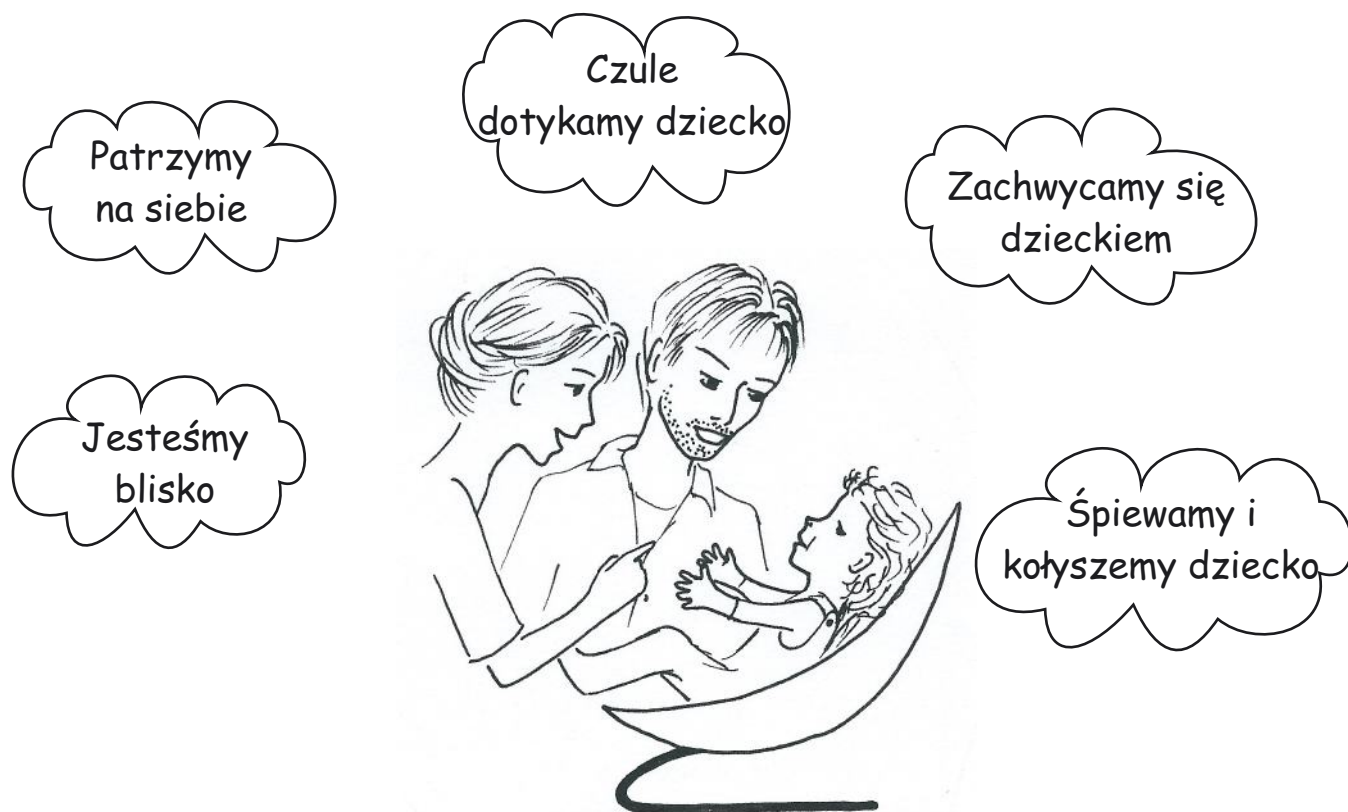
Rozwój mowy można porównać do dymu z komina, który zobaczymy, gdy dom będzie miał solidne fundamenty, ściany, okna, drzwi i w końcu pojawią się w nim mieszkańcy.

KOMUNIKACJA PRZEDSŁOWNA JEST WARUNKIEM ROZWOJU MOWY

Do niemowlęcia mówimy pieszczotliwie i śpiewnie. Stosujemy specjalne rejestry mowy, jakich używamy wyłącznie w kontakcie z małym dzieckiem.

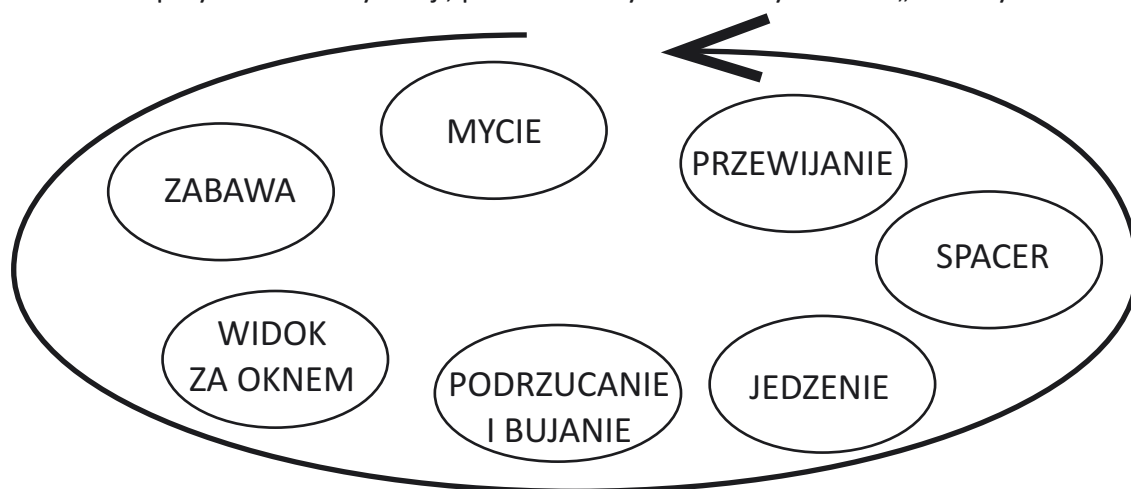
Ufajmy sobie! Intuicja rodzicielska jest najważniejsza!

KLIMAT ROZMOWY Z MALUTKIM DZIECKIEM



OTACZAMY DZIECKO MOWĄ

Życie codzienne przynosi wiele sytuacji, podczas których możemy dziecko „zanurzyć” w mowie.



W rozmowie z maluchem:

- używaj prostych słów, najlepiej tych samych w odniesieniu do danej sytuacji;
- mów nieco głośniej i wolniej, ale naturalnie;
- wykorzystuj muzyczne aspekty mowy - melodię, akcent, intonację.

CO DZIECKO ROZUMIE, ZANIM COKOLWIEK ZROZUMIE

To pierwsze sukcesy dziecka, które spotykają się z zachwytem i uznaniem wszystkich wokół. Wyprzedzają prawdziwe rozumienie, a opierają się na rozróżnianiu i identyfikowaniu prozodycznych cech mowy – **rytmu, melodii, akcentu, tempa**. Umiejętność identyfikowania cech prozodycznych pozwala dziecku rozpoznać emocje wyrażone barwą głosu – radość, gniew, zdziwienie itp.

Małe dziecko rozpoznaje wzory intonacyjne połączone z pokazywaniem gestów. Choć nie rozumie wszystkich słów, po kilkukrotnym treningu potrafi pokazać „Jakie masz kłopotki?” lub „Ślimak, ślimak pokaż rogi”.



Dzieci bardzo lubią zabawy, w których ruch i natężenie głosu podkreślają prozodyczne cechy mowy.

JEDZIE,	JEDZIE	PAN	NA KONIKU	SAM
~	~	○	~	○
KOSI,	KOSI	ŁAPCI	POJEDZIEM	DO BABCI
○	○	!	○	○
AAA	KOTKI	DWA	SZAROBURE	OBYDWA
~	○	○	~	○

Dziecko, które rozwinęło słuchową percepcję cech prozodycznych mowy, potrafi różnicować wzory śpiewanek-pokazywanek. Maluch po usłyszeniu znanej mu melodii piosenki np. „Rączki robią klap, klap, klap...” włącza sekwencje ruchów.

Warto z dzieckiem dużo śpiewać, korzystać z kanonu wierszyków dziecięcych; melodię, rytm, akcent i tempo wypowiedzi podkreślać ruchem, gestem i natężeniem głosu.

Obecnie, dzięki implantom ślimakowym dzieci nawet z głębokim ubytkiem słuchu mają dostęp do prozodycznej warstwy języka.

SYTUACYJNE ROZUMIENIE MOWY

Małe dziecko najpierw rozwija rozumienie mowy w konkretnych sytuacjach życia codziennego. Nawet najmłodsze dzieci kojarzą proste fakty i towarzyszące im zapowiedzi. Tym bardziej, że nastawione są na wielozmysłowy odbiór rzeczywistości. I to znacznie bardziej niż dorośli!

W ROZUMIENIU MOWY SYTUACYJNEJ DZIECKU POMAGA:

- znajomość sytuacji życia codziennego,
- proste gesty zapowiadające lub towarzyszące sytuacji,
- mowa ciała osoby dorosłej,
- różne bodźce: dotykowe, zapachowe, poczucie wibracji i ruchu powietrza, sygnały dźwiękowe itp.



(PRAWDZIWE!) ROZUMIENIE MOWY

Dziecko z wadą słuchu, aby rozumieć mowę, musi osiągnąć pewną dojrzałość słuchową: zauważyć czyli usłyszeć dźwięki mowy, potem rozróżnić je, zidentyfikować i zapamiętać.

ROZUMIENIE MOWY

- rozwija się na bazie rozumienia sytuacyjnego;
- wymaga doświadczenia mowy w różnych okolicznościach: w sklepie, na placu zabaw, podczas wizyt w zaprzyjaźnionych domach;
- dziecko musi usłyszeć słowo **wielokrotnie**, w różnych okolicznościach i formach;
- ważne są zarówno **rozmowy, jak i obserwacje językowe** rozmów osób dorosłych;
- stopniowo rozumienie mowy uniezależnia się od okoliczności;
- u dzieci z wadą słuchu proces ten trwa dłużej niż u słyszących rówieśników.

No i gdzie
twój **bucik**?

To jest sklep
z **butami**.

Nie mam **butów**
na zimę. Muszę kupić
nowe **buty**.

Ubieramy **buty**.

A to jest
Kot w **butach**.

Oj piesku, dlaczego ten **but**
tu leży? Zostaw tego **buta**
w spokoju!



Dzięki coraz bogatszym doświadczeniom w kontakcie z językiem dziecko zaczyna kojarzyć, że określone dźwięki mowy odnoszą się do nazw osób, przedmiotów i czynności.

POMÓŻ DZIECKU ZROZUMIEĆ MOWĘ

Poszukaj
wśród tych wszystkich
zabawek swojej czerwonej
ulubionej piłeczki.

Zaraz wychodzimy na
spacerek, do naszego parku,
w którym ostatnio
spotkaliśmy taką śliczną
rudą wiewióreczkę.

Zobacz jaki śliczny,
mały pieseczek biega tutaj
wkoło twojego wózeczka
i tak zabawnie macha ogonkiem.

NIE WIEM

Szybciotko,
daj mi rączkę,
bo możesz się zgubić
na ulicy w tłumie ludzi.

Z tych klocków od babci
Marylki, które dostałeś
na urodzinki,
zbudujemy zaraz
wysoki dom.

- MAŁE DZIECKO Z WADĄ SŁUCHU POTRZEBUJE WIĘCEJ CZASU I CIERPLIWOŚCI, BY NAUCZYĆ SIĘ ZNACZENIA TWOICH WYPOWIEDZI.
- MÓW DO DZIECKA NATURALNIE,
TYLKO TROCHĘ:
WOLNIEJ
WYRAŹNIEJ
PROŚCIEJ
TO W ZUPEŁNOŚCI WYSTARCZY!
- WSPIERAJ SIĘ GESTEM, MIMIKA, RUCHEM - NIE ZA DUŻO, NIE ZA MAŁO, ROZSĄDNIE - TAK JAK DO KAŻDEGO MAŁEGO DZIECKA.
- W CZASIE ROZMOWY POZOSTAWAJ Z DZIECKIEM W KONTAKCIE WZROKOWYM - TA ZASADA JEST UNIWERSALNA I DOTYCZY TAKŻE CIEBIE JAKO DOROSŁEGO ROZMÓWCY.

Poszukaj tu
piłki.

Idziemy
do parku.



WIEM

O! Popatrz,
piesek!

Daj mi
rączkę.

To klocki od babci.
Zbudujemy dom.

3

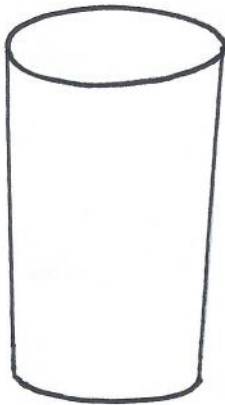
O tajnikach rozmowy,
nie tylko tej „mówionej”

„PUK, PUK...
KTO TAM?
HIPOPOTAM”

KARMIENIE

„Mięśnie używane przy jedzeniu są potrzebne również do mówienia.”

S. Schmid-Giovannini



PRAWIDŁOWE KARMIENIE JEST WAŻNE DLA ROZWOJU PRAWIDŁOWEJ WYMOWY

DZIECKU NIE SŁUŻY

- zbyt długie karmienie piersią, powyżej 8.-9. miesiąca życia
- używanie smoczka powyżej 6. miesiąca życia
- spożywanie zmiksowanych lub nadmiernie rozdrobnionych pokarmów, gdy dziecko potrafi już żuć i ma pierwsze ząbki tj. ok. 7. miesiąca życia

DZIECKU, KTÓRE SIEDZI STABILNIE, SŁUŻY

- picie z kubeczka
- karmienie łyżeczką
- urozmaicona pod względem konsystencji dieta

PRAWIDŁOWE KARMIENIE

- ćwiczy narządy artykulacyjne
- kształtuje prawidłowe połykanie
- synchronizuje oddech z połykaniem

UWAGA!

Należy zadbać o prawidłowe oddychanie przez nos. Oddychanie przez usta prowadzi do częstych infekcji oraz ma niekorzystny wpływ na artykulację.

KOMUNIKACJA PRZEDSŁOWNA. CO DZIECKO „MÓWI”, ZANIM ZACZNIE MÓWIĆ...

KOMUNIKACJA PRZEDSŁOWNA JEST PRAWDZIWYM DIALOGIEM

Malutkie dziecko „mówi” poprzez:

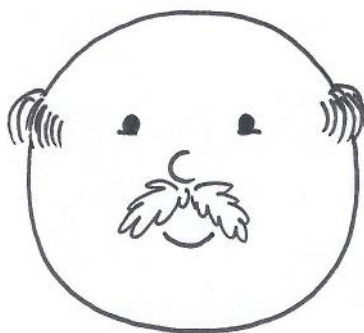
- krzyk
- płacz
- uśmiech
- wokalizację i „zaczepianie” głosem
- wodzenie wzrokiem i „ściąganie wzrokiem” uwagi osoby dorosłej

Rodzic odpowiada:

- spojrzeniem
- czułym dotykiem
- uśmiechem i mimiką
- ruchem ciała
- także słowem - komentuje sytuacje odgrywając podwójną rolę, mówi „za siebie i za dziecko”



OJCIEC WERGILIUSZ UCZYŁ DZIECI SWOJE



„HEJŻE DZIECI, HEJŻE HA, RÓBCIE WSZYSTKO TAK JAK JA”

W DZIECIĘCEJ ZABAWIE ZAWIERA SIĘ CENNA WSKAZÓWKA DLA DOROSŁYCH:
NAŚLADOWANIE TO BARDZO WAŻNA FORMA UCZENIA SIĘ

MAŁE DZIECKO CHĘTNIE NAŚLADUJE:

- RUCHY CIAŁA
- GESTY
- MINY
- DŹWIĘKI MOWY
- SŁOWA I WYRAŻENIA

TANY-TANY
PA-PA
TAKI DUŻY!
OJ-OJ FE!
MAM KŁOPOTKI

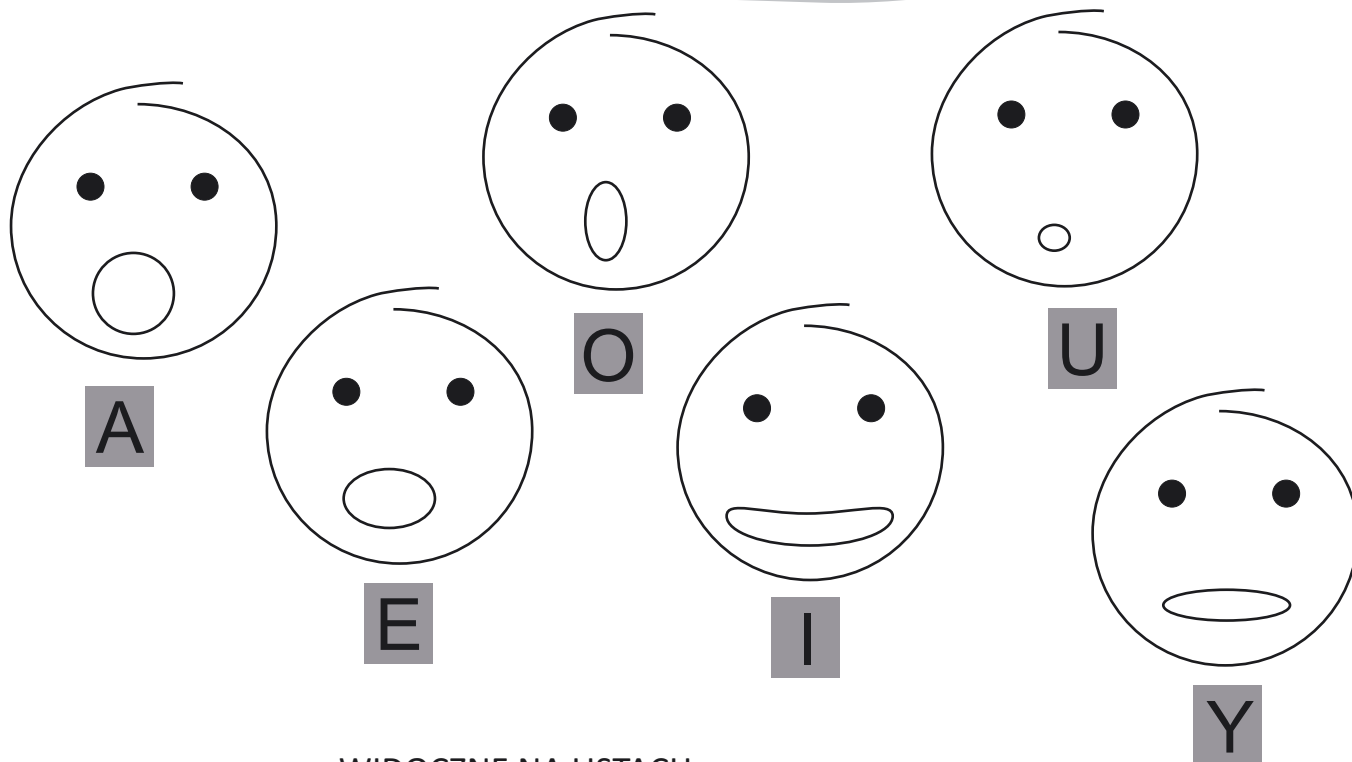
Dziecko jest cierpliwym obserwatorem. Gotowość do naśladowania stanowi ważny krok w jego rozwoju. Pierwsze próby powinny spotykać się z wyraźną aprobatą (a nawet entuzjazmem!) otoczenia. Zachęci to malucha do wielokrotnych, coraz bardziej udanych powtórzeń. W ten sposób uruchamia się mechanizm rozwoju wielu funkcji.

BRAWO!
JESZCZE RAZ!
„ŻÓŁWIK” NO, NO!
TAK! ŁADNIE!
„PIĄTKA”

DOROSŁY ZACHĘCA DZIECKO DO NAŚLADOWANIA I
NAGRADZA WSZYSTKIE (NAWET NIEDOSKONAŁE!) PRÓBY

- UŚMIECHEM
- ZACHWYTEM
- ZAINTERESOWANIEM
- CIERPLIWĄ UWAGĄ
- PRZYJAZNYM GESTEM

SAMOGŁOSKI TO NAJPROSTSZE DŹWIĘKI MOWY



- WIDOCZNE NA USTACH
- DOBRZE SŁYSZALNE, DOSTĘPNE DLA DZIECKA
- MOŻNA JE:
przeciągać, skan-do-wać, śpiewać
czyli MODUŁOWAĆ GŁOSEM NA WIELE SPOSOBÓW
- TOWARZYSZĄ MALUCHOM PRZY CODZIENNYCH
CZYNNOŚCIACH I ZABAWACH
- STANOWIĄ „TWORZYWO” ĆWICZEŃ LOGOPEDYCZNYCH
(językowych, fonacyjnych i dykcyjnych)

RODZICU! SAM POĆWICZ STARANNĄ WYMOWĘ.
SAMOGŁOSKI DECYDUJĄ O NASZEJ MOWIE:
WYRAŻNEJ I DOSTĘPNEJ DLA ROZMÓWCY!

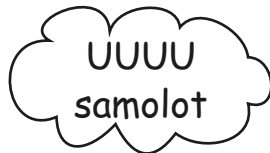
SAMOGŁOSKI TEŻ MAJĄ SWOJE ZNACZENIE



lub



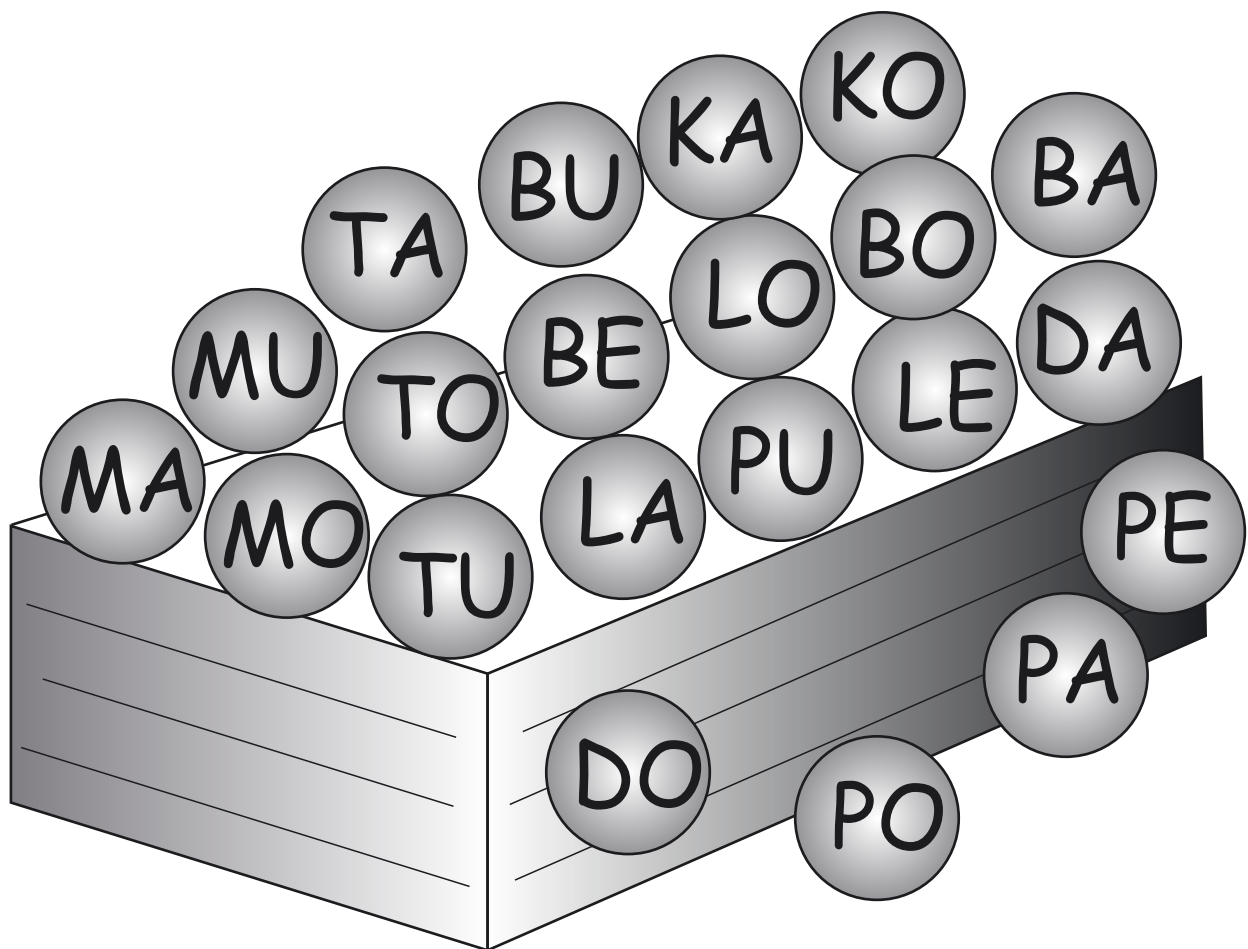
lub



SAMOGŁOSKI TWORZĄ SYLABY



SYLABY DO ZABAWY



- SYLABY TO PROSTE SKŁADNIKI DZIECIĘCEJ MOWY
- NADAJĄ SIĘ DO POWTARZANIA I NAŚLADOWANIA...
- ...DO ŚPIEWANIA I SKAKANIA
- SĄ ŁATWE DO POŁĄCZENIA Z RUCHEM:
dłoni, ręk, nóg i całego ciała

SYLABY SĄ DZIECIOM POTRZEBNE
DO WYRAŻANIA PIERWSZYCH ZNACZEŃ

PAPA!
A KU KU! LALALA
AM AM DA DA



SYLABY TWORZĄ ONOMATOPEJE

WYRAZY DŹWIEKONAŚLADOWCZE czyli ONOMATOPEJE

ŁATWE DLA MALUCHA
DO SŁUCHANIA
I MÓWIENIA

POJAZDY

PUF-PUF

TI-TIIIT!

BRUM

BUUU

UUU

TU-TUUU

IO-IO

WRRRR



ZWIERZĘTA

HAU-HAU

MIAUUU SSSS

BZZZ FRRR

MEEE KO-KO

MUUU



CZYNNOŚCI

HOP- HOP PA PA!

BAM

PLUM PLUM

BUCH

STUK-PUK

BĘC

AM AM

TUP-TUP



EMOCJE

OCH!

OJ

ACH!

OJ

HA-HA

BUUU

EEEE

A FE!

OOO!

UUUF!



NIKTÓRE ONOMATOPEJE
TO PIERWSZE WYRAZY
W DZIECIĘCYM SŁOWNIKU

ONOMATOPEJE OBECNE W WYPOWIEDZIACH DOROSŁYCH POMAGAJĄ
ROZUMIEĆ MOWĘ

● NIE ZASTĘPUJĄ SŁÓW...

ALE **WZMACNIAJĄ**...

LUB **UWIDACZNIAJĄ** ICH ZNACZENIE

● WIDOCZNE NA USTACH

SĄ ŁATWE DO NAŚLADOWANIA

● POTRZEBNE MAŁEMU DZIECKU TYLKO PRZEZ PEWIEN CZAS

PÓŹNIEJ STANOWIĄ DOSKONAŁY MATERIAŁ DO LOGOPEDYCZNYCH WPRAWEK

ZASADY DOBREGO DIALOGU

1. ZAPRASZAM



Mama patrzy na dziecko,
uśmiecha się do niego.

2. CZEKAM



Dziecko podchodzi do mamy
i podaje jej kwiatek,
patrzy w oczy i oczekuje reakcji.

3. MÓWIĘ



Mama bierze podany kwiatek,
patrzy w oczy dziecku,
uśmiecha się do niego i mówi.

4. SŁUCHAM



Dziecko odwzajemnia uśmiech matki,
domaga się, aby mama obejrzała kwiatek.

5. ODPOWIADAM



Mama ogląda wspólnie
z dzieckiem kwiatek i mówi.

6. OKAZUJĘ BLISKOŚĆ I EMOCJĘ



Dziecko i mama wachają kwiatek,
robią apsik, przytulają się do siebie
i zaśmiewają się.

MÓWIENIE

To najbardziej upragniony moment w rozwoju Waszego dziecka. Poprzedza go wiele godzin terapii logopedycznej, ale tak naprawdę fundamentów jest znacznie więcej. Mowa dziecka powinna być pielęgnowana przez otoczenie niczym najpiękniejszy domowy kwiatek.

Dziecko zaczyna mówić gdy:

- pojawi się rozumienie mowy, które wyprzedza mówienie;
- w wielu sytuacjach doświadczy kontaktu z mową;
- będzie miało do kogo i o czym mówić;
- doświadczenie komunikacji z innymi ludźmi będzie przyjemne i ciekawe;
- osiągnie synchronizację czynności oddychania, wydawania głosu i celowych ruchów warg i języka, które pozwolą na wypowiedzanie słów.



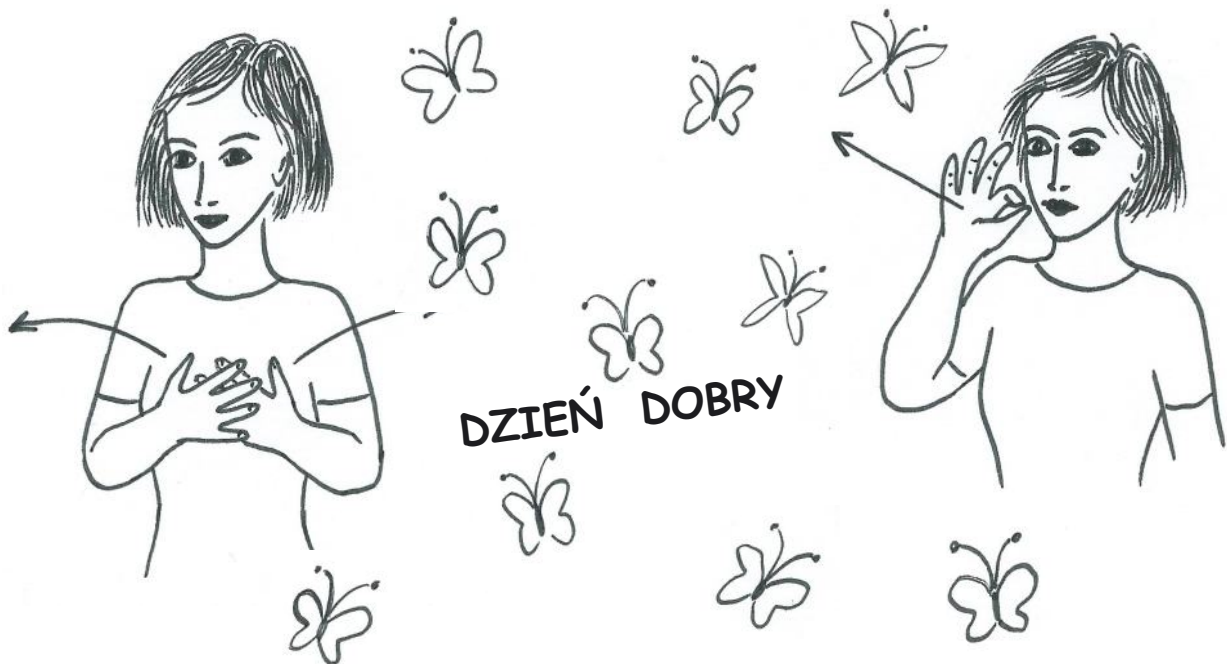
Dziecko potrzebuje czasu, aby rozwinąć umiejętność mówienia. Niektóre dzieci zaczynają mówić wcześniej, inne później. W początkowym okresie mowy akceptujemy wszystkie wypowiedzi dziecka. Zbyt wczesne poprawianie wymowy może zniechęcić dziecko do mówienia.

**NIE MOŻNA OCZEKIWAĆ MÓWIENIA OD DZIECKA,
KTÓRE NIE JEST JESZCZE NA TO GOTOWE**

JĘZYK MIGOWY

Znaki są jak piękne motyle fruujące między nami

Język migowy jest macierzystym językiem części osób niesłyszących, w którym mogą się one komunikować szybko i dokładnie. Ale uczą się go także ludzie słyszący. Niektóre dzieci z wadą słuchu mają duże trudności z opanowaniem języka artykulacyjno-dźwiękowego, wówczas warto, aby dziecko i jego najbliższe otoczenie nauczyło się języka migowego. Język migowy, podobnie jak dźwiękowy, jest piękny. Znaki języka migowego mogą oddać emocje i wrażenia zawarte w piosence lub wierszu.



Język migowy rozwija dziecko w różnych sferach:

- **Komunikacja** - szybka, łatwa w odbiorze i skuteczna
- **Emocje** - zrozumiałe dla dziecka i możliwe do wyrażenia
- **Intelekt** - poznanie i szersza wiedza o świecie
- **Wspólnota** - akceptacja i zrozumienie środowiska niesłyszących
- **Kultura** - poezja migana, pantomima, teatr

Uwaga! Jeśli dziecko ma równoczesny i swobodny dostęp do języka mówionego i migowego, może rozwinąć kompetencje komunikacyjne w obu systemach.

Dziecko ma ogromną potrzebę mówienia i bycia zrozumianym. W przypadku, niektórych dzieci z wadą słuchu najskuteczniejszym sposobem komunikowania się jest język migowy. Rodzice, którzy mają wątpliwości co do rozwoju mowy swojego dziecka powinni porozmawiać na ten temat z doświadczonym surdologopedą.

PRZYJAŃ Z KSIĄŻKĄ

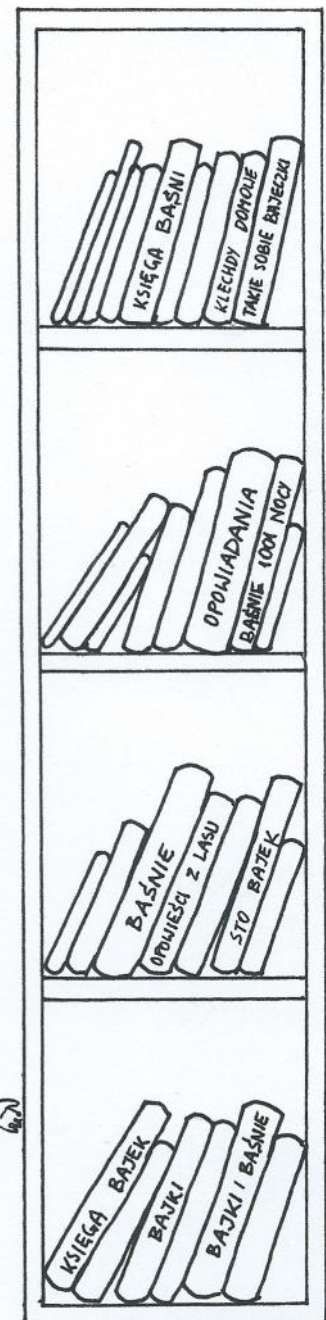
NAWYK CZYTANIA KSIĄŻEK WYRABIA SIĘ W NAJWCZEŚNIEJSZYM DZIECIŃSTWIE

Stoi na stacji
lokomotywa...

Pan kotek był chory
i leżał w łóżeczku...

Proszę państwa,
oto miś...

- Książeczki dla najmłodszych dzieci - już od 3. miesiąca życia, składają się z pojedynczych obrazków umieszczonych na kontrastowym tle.
- Nawet bardzo małemu dziecku warto czytać wierszyki Juliana Tuwima i Jana Brzechwy. Dziecko jeszcze nie rozumie treści, ale uwalnia się na **rym i rytm języka**.
- Dla małego dziecka książka to tylko przedmiot, którym będzie chciało manipulować, ale dwuletnie dziecko chętnie posłucha tekstu.
- Najpierw opowiadaj dziecku książki, potem czytaj.
- Pokazuj dziecku książki **starannie wydane, z ładnymi ilustracjami**.
- Wybieraj ciekawe książki, które zainteresują dziecko.
- Uzupełnij informacje wynikające z tekstu, wielu słów dziecko może jeszcze nie rozumieć.
- Czytaj starannie, zwróć uwagę na **melodię mowy**.
- Dziecko, któremu regularnie czyta się książki, stale przyswaja nowe słowa i pojęcia. Nawet jeżeli nie w pełni rozumie tekst, sprawia mu radość sam kontakt z językiem.



Do biedronki
przyszędł żuk...

Dzik jest dziki,
dzik jest zły...



MAŁE DZIECKO NIE POTRZEBUJE MULTIMEDIALNYCH GADŻETÓW

N I E

dla
TV, komórki
komputera, tabletu,
gier multimedialnych
dla dziecka do 3 r. ż.
Nie ulegaj reklamom
gier i programów edukacyjnych
dla najmłodszych dzieci -
nie są maluchowi potrzebne,
ograniczają rozwój wyobraźni,
rozwój emocjonalny i społeczny, a także ruchowy.
Zbyt wczesne wprowadzanie dziecka
w wirtualny świat daje dużo więcej szkody niż pożytku!
A jeśli mimo wszystko dajesz dziecku dostęp
do nowych technologii,
znacznie ogranicz je czasowo.

A CO ZAMIAST?

Czytanie książeczek,
opowiadanie zawartych w nich treści,
oglądanie obrazków, wspólne zabawy ruchowe,
wydobywanie dźwięków z różnych przedmiotów domowych,
muzykowanie na różnych instrumentach,
zabawa w smaki i zapachy, w piasku i w wodzie,
wierszyki-masażyki, prosta gra planszowa (dla starszych dzieci),
zabawki edukacyjne (też bez przesady, w rozsądnej proporcji
do innych zabaw i zabawek!), zabawy tematyczne,
zabawy paluszkowe i plastyczne, rymowanki,
pomoc mamie, tacie, babci, cioci...
zabawa z rodzeństwem, wycieczka do lasu
spacer z dziadkiem itp.

4

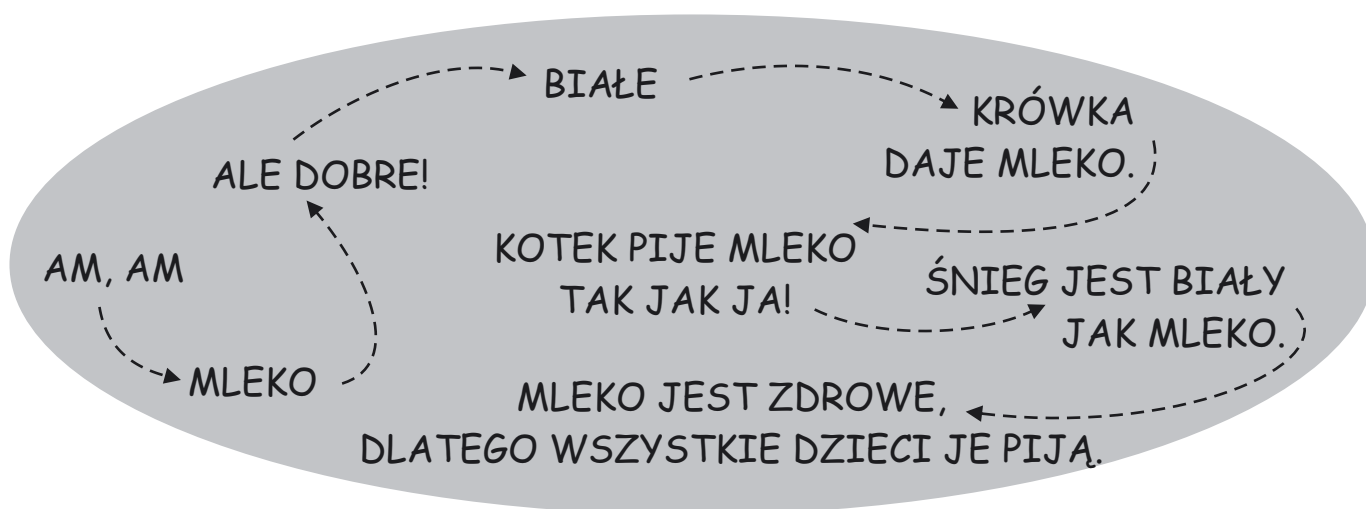
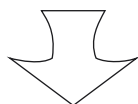
O wielkiej ciekawości świata

„A CO TO? PO CO?
PYTAM!
DLACZEGO?”

POZNAWANIE ŚWIATA I... JĘZYKA

Pokazuj i opisz dziecku świat, który jest mu bliski i znany. Dbaj o to, by podążać za dzieckiem. Rozmawiaj z nim o tym, co je interesuje. Jako rodzic musisz przyjąć dziecięcy punkt widzenia.

PRZYROST WIEDZY O ŚWIECIE ODZWIERCIEDLA SIĘ W ROZWOJU JĘZYKOWYM.
TAK TO WYGLĄDA OD NIEMOWLĄKA DO PRZEDSZKOLAKA:



- DZIECKO NIE „UCZY SIĘ” SŁÓW, ALE...
...POZNAJE JĘZYK W DZIAŁANIU I AKTYWNYM ODKRYWANIU ŚWIATA.
- DZIECKO CIEKAWSKIE, ZAINTERESOWANE OTOCZENIEM SZYBCIEJ NABYWA JĘZYK.
- PYTA, JEŚLI ZAWSZE OTRZYMUJE ODPOWIEDŹ DOSTOSOWANĄ DO SWOJEGO WIEKU.



UWAGA!

JEŚLI TWOJE DZIECKO MÓWI BARDZO SŁABO, POKONUJ BARIERĘ JĘZYKOWĄ. Pokazuj świat różnymi sposobami: wykorzystuj okazje do bezpośrednich doświadczeń, szukaj ciekawych i czytelnych obrazków, wspomagaj się gestem i prostym rysunkiem.

ROZBUDZENIE I UTRZYMANIE DZIECIĘCEJ CIEKAWOŚCI ŚWIATA STANOWI PODSTAWĘ JEGO PÓŹNIEJSZEJ EDUKACJI.

MÓJ DZIEŃ

RAZEM Z MAMĄ, TATĄ, BABCIĄ, DZIADKIEM,
CIOCIA, WUJKIEM LUB NIANIĄ ...

GOTUJĘ

NAKRYWAM
DO STOŁU

NAPRAWIAM
ROWER

SPRZĄTAM

PIORĘ

ROZPAKOWUJĘ
ZAKUPY

UKŁADAM RZECZY

PRACUJĘ
W OGRÓDKU



Przy tych okazjach:

- uczę się nowych słów i pojęć,
- dorastam do samodzielności,
- trenuję dialog... w praktyce,
- zyskuję pozycję "pomocnika",
- coraz lepiej poznaję świat,
- uczestniczę w normalnym życiu rodziny już od małego!

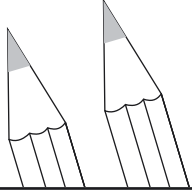
MOJA "PRACA" TO NOWE TEMATY DO DZIENNIKA ZDARZEŃ.
TYLE SIĘ DZIEJE!

DZIENNIK ZDARZEŃ - ILUSTROWANY PAMIĘTNIK Z ŻYCIA DZIECKA

Około drugiego roku życia dziecko jest w stanie zobaczyć siebie jako bohatera Dziennika Zdarzeń.

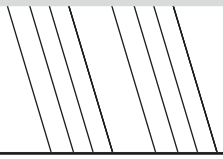
1. Treścią dziennika jest **dziecko i jego przeżycia.**

Technika prowadzenia Dziennika Zdarzeń musi być dostosowana do wieku i rozwoju mowy dziecka.



2. Dziennik pozwala wracać do **minionych wydarzeń.** Dzieci lubią rozmawiać o sytuacjach, które wiążą się z ich **własnymi emocjami i doświadczeniami.**

3. Dziecko chce wiedzieć **co się wydarzy.** Możesz mu narysować np. planowaną podróż do kliniki, gdzie będzie miało ustawiany procesor mowy.

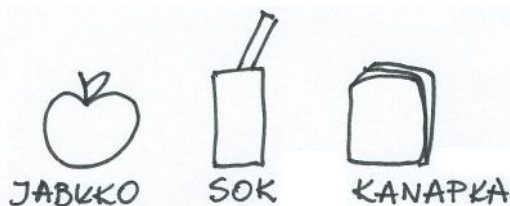


4. Dziennik ułatwia kontakt językowy i emocjonalny z osobami, które nie spędzają z dzieckiem dużo czasu. Można pochwalić się cioci wizytą w ZOO. Zapis zdarzeń pomaga dziecku nawiązać rozmowę z tatą, który był cały dzień w pracy.

5. Systematycznie rysuj lub wklejaj zdjęcia. Zbieraj pamiątki (bilet autobusowy, zasuszony liść z parku, rysunek zrobiony wspólnie z babcią itp.). Nie musisz mieć talentu, prostego rysowania można się nauczyć. Podpisuj rysunki.

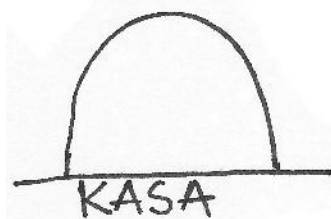
6. Życie codzienne dostarcza ciekawych tematów. Nie muszą być nadzwyczajne: wizyta u cioci, zakupy, zabawa w piaskownicy, kąpiel w pianie z nową zabawką, spacer do parku, wyjątkowo pyszny obiad itp. **Powtarzalność i przewidywalność codziennych wydarzeń daje dziecku poczucie bezpieczeństwa.**

Kartka z DZIENNIKA ZDARZEŃ



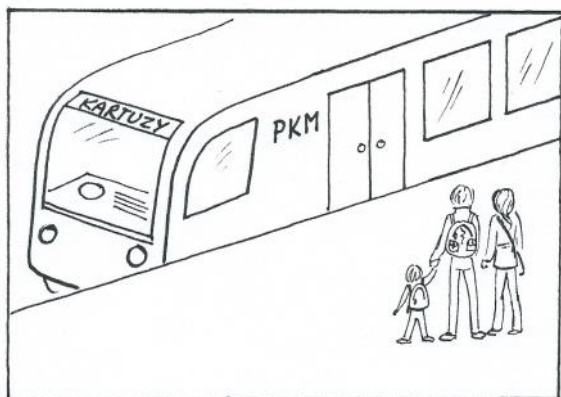
Prosty schematyczny rysunek (nie wymaga specjalnego talentu). Ważne by wykonać go w obecności dziecka.

JEDZIEMY DO BABCI. MAMA PAKUJE JEDZENIE NA DROGĘ.



Wklejamy prawdziwy bilet - pamiątkę z wyprawy.

W KASIE KUPUJEMY BILET. TRASA GDAŃSK-KARTUZY. BABCIA MIESZKA W KARTUZACH.



Fotografia wykonana na dworcu przez rodziców.

UWAGA! WJEŹDŹA POCIĄG. POCIĄG JEST BARDZO DUŻY I BARDZO DŁUGI.



Prosty rysunek. Babcię może dorysować dziecko (albo jeśli jest małe tylko np. włosy)

BABCIA CZEKA NA FILIPA.
BABCIA UGOTOWAŁA OBIAD DLA FILIPA.
ZUPA POMIDOROWA - PYCHA!

TAKIE „DZIEŁO” NIE MUSI BYĆ PIĘKNE. JEGO WARTOŚCIĄ JEST WSPÓLNE PRZEŻYCIE ZATRZYMANE W CZASIE I PRZESTRZENI ZWYKŁEJ KARTKI.

OPOWIADANIE ŚWIATA

Każdy z nas postuguje się opowieścią czyli NARRACJĄ – o sobie, o innych, o życiu. Historie pomagają nam rozumieć całą złożoność świata, porządkują emocje i nasze przeżycia. Dzieci też lubią opowieści. Uważnie ich słuchają, jeśli są dla nich ciekawe i wciągające.

DOBRE OPOWIEŚCI

MAJĄ POCZĄTEK

PRZYGODA,
TRUDNOŚĆ,
KOMPLIKACJA

ZAKOŃCZENIE
(KONIECZNIE
SZCZĘŚLIWE!)

CIEKAWĄ AKCJĘ

TAKIE DZIECIĘCE NARRACJE NIE MUSZĄ BYĆ
ANI DŁUGIE, ANI SKOMPLIKOWANE



Ola biega. Świeci słońce.
Ale wesoło!!!



Ojej! Pada deszcz.
Szybko, szybko do domu
po parasol!



O! Mam parasol
i nie boję się deszczu.

NARRACJA TO

- ZMIENIAJĄCE SIĘ EMOCJE.
- PROSTA I ZROZUMIAŁA MOWA.
- PRZEKAZ PEŁEN WARTOŚCI I NAUKI.

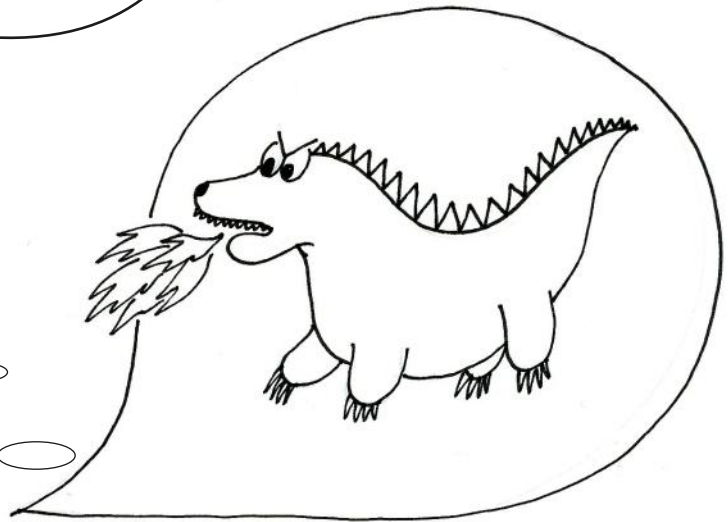
UMIEM SOBIE PORADZIĆ!
I NIE BOJĘ SIĘ BYLE CZEGO!

BAJU, BAJU, BAŚNIE

Opowiadanie baśni, bajek i bajeczek to prawdziwa sztuka. Chodzi o to, by zainteresować małe dziecko, a to naprawdę trudne zadanie. Wystarczy jednak tylko dostosowanie przekazu (uproszczenie) i osobiste emocjonalne zaangażowanie osoby dorosłej. I bajka gotowa!

- MAŁE DZIECKO POZNAJE BAJKI POPRZEC ZMIENNE WYRAZISTE EMOCJE - TO PIERWSZY POZIOM ROZUMIENIA TREŚCI.
- STRACH, RADOŚĆ, GNIEW I WSPÓŁCZUCIE PRZEŻYWANE SĄ NAPRAWDĘ, A JEDNOCZEŚNIE NA NIBY.
- TO POMAGA DZIECKU RADZIĆ SOBIE Z WŁASNYMI EMOCJAMI.

Był sobie straszny smok.
Wszyscy się go bali. Ojej! Smok nas zje!!!
Smok buchał ogniem. Buch, buch.
Ale dzielny rycerz pokonał smoka.
Szast, prast i... nie ma smoka.
Wszyscy się cieszą. Hura!
Nie ma smoka. Dziękujemy rycerzu!



Boję się
groźnego smoka.

Smok nic
mi nie zrobi,
bo tata jest ze mną.

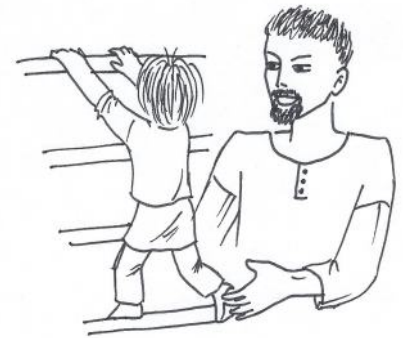
5

O największych
dziecięcych zwierzętach
czyli o ruchu i zabawie

„GDYBY KÓZKA NIE SKAKAŁA,
TO BY SMUTNE ŻYCIE MIAŁA.”

SFERY RUCHOWEJ ORAZ ZMYŚLU RÓWNOWAGI

- szeroko rozumiany ruch na świeżym powietrzu i nie tylko,
- bieganie, skoki, wspinanie się,
- wyścigi np. tip-topkami, idąc tyłem, na czworakach itp.,
- równoważnie, chodzenie po krawężnikach itp.,
- rowerek biegowy i 4-kołowy,
- zabawy z piłką,
- baraskowanie,
- noszenie na rękach.



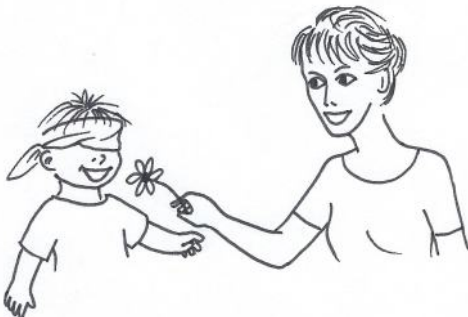
ZMYŚLÓW WĘCHU I SMAKU

- konfrontowanie dziecka z różnymi zapachami i smakami,
- zabawy w odgadywanie zjedzonych smakołyków i powąchanych zapachów.

ZADBAJ U SWOJEGO DZIECKA O ROZWÓJ:

ZMYŚLU DOTYKU

- zabawy materiałami o różnych fakturach (gąbka, folia bąbelkowa, pumeks, szczotka włosiana, kamyki itp.),
- zabawki o różnych fakturach (np. "kolczaste" piłki, grzechotki),
- masaże rączek,
- zabawy w wodzie i piasku,
- zabawy paluszkowe.



ZMYŚLU WZROKU

- zabawy rozwijające spostrzegawczość,
- segregowanie przedmiotów ze względu na kolor i kształt,
- zabawy przedmiotami o wyrazistych kolorach, dla niemowląt - o wyraźnym kontraście (czarno-białe, żółto-czarne).

MOTORYKI DŁONI I KOORDYNACJI WZROKOWO-RUCHOWEJ

- malowanie palcami,
- malowanie grubym pędzlem na dużym arkuszu papieru,
- masy plastyczne,
- budowle z klocków,
- zabawy paluszkowe.



MYŚLENIA I WYOBRAŹNI

- niektóre zabawy edukacyjne - np. dobieranie kolorów, kształtów, dobieranie najpierw takich samych, a w miarę rozwoju dziecka - podobnych przedmiotów i obrazków,
- proste zabawy tematyczne,
- proste zabawy konstrukcyjne.

PAMIĘCI

- zabawy typu Memory,
- zabawy typu Kim (opisane w poradniku "Pierwsze kroki, dźwięki, słowa"),
- zabawy rozwijające pamięć słuchową.

RATUNKU! W CO SIĘ BAWIĆ Z NIEMOWLAKIEM?!

czas, spokój, twój głos (np. łagodne piosenki), czułość, dotyk, kołysanie, noszenie na rękach, bez fajerwerków!

1 miesiąc



2 - 3 miesiąc

taniec i śpiew do ucha, masażyki, wyraźne, kontrastowe wzory do patrzenia, baraszkowanie, pierwsze grzechotki i zabawki zawieszane nad/przed dzieckiem, twój głos i dotyk

nadal: twój głos, dotyk, wierszyki, piosenki, rymowanki, masażyki, baraszkowanie, zabawy paluszkowe, grzechotki, proste zabawki, twarze ludzi (obrazki ze schematycznymi twarzami ludzi - buźki), zaczynamy dziecku pokazywać świat np. stawiając leżaczek w kuchni

3 - 6 miesiąc



6 - 9 miesiąc

nadal głos i dotyk: masażyki, wierszyki, piosenki, zabawy paluszkowe, baraszkowanie, postukiwanie klockami, element niespodzianki ("a-kuku", chowanie zabawek pod pieluszką)



nadal: głos, dotyk i wszystko, co się z tym wiąże, zabawy paluszkowe, wkładanie klocków do miseczek i innych pojemników, chodzenie za dwie ręce, wyjmowanie rzeczy z szuflad (może dać jedną z nich dziecku do zabawy?), zabawy niektórymi sprzętami domowymi (drewniane łyżki, plastikowe miski, sitko), element niespodzianki

9 - 12 miesiąc



W DUECIE Z MALUCHEM! PRZEDSZKOLNE PŁASY W NOWEJ WERSJI

Znasz piosenki, płasy i zabawy grupowe? Pewnie tak, "Stary niedźwiedź" czy "Kótko graniaste" to przecież klasyka. Trochę czasu jednak minie, zanim twoje dziecko je pozna, zwykle dopiero w przedszkolu. A może jednak wcześniej? Oto kilka płaśców przetożonych z języka zabaw grupowych na zabawę indywidualną. To tylko propozycje, możesz je oczywiście sam/-a zmieniać, przerabiać, udoskonaląć, a także wymyślać swoje własne.

KÓTKO GRANIASTE

wykorzystaj zmiany tempa śpiewu, zakończ (zależnie od upodobań dziecka) mniej lub bardziej efektywnym podrzutem lub zjazdem na dół

STARY NIEDŹWIEDŹ

powolny marsz, odliczanie oraz... łaskotanie i "podgryzanie" apetycznych uszek malucha na koniec

BUDUJEMY MOSTY

rytmicznie poruszamy się w takt recytacji, na koniec przytulamy dziecko (zamykając je w "moście")

BALONIKU NASZ MALUTKI

w trakcie wierszyka dowolny ruch, byle zawrzeć w nim narastające napięcie, a na koniec jakieś duże "trach", na przykład mocno (ale ostrożnie) kładziemy dziecko na kanapie

NIE CHCĘ CIĘ

obracamy się wraz z maluchem do rytmu piosenki, wykonując odpowiednie gesty, na koniec tańczymy coraz szybciej i radośniej

CHODZI LISEK

recytacja podkreślona ruchem, głaszczemy ręce i nóżki dziecka tam, gdzie tekst tego wymaga, na koniec zarzucamy mu na główkę jakąś chustkę i robimy "A-kuku"

STOI RÓŻYCZKA

taniec ze wspólnym ukłonem (dziecka i mamy), "wytykanie palcem" malucha, na koniec mocne przytulenie

UWAGA!

- płasy można wykonywać z dzieckiem na rękach (nadają się więc nawet dla bardzo małych dzieci),
- zabawy ilustrujemy gestami oraz zmianami tempa poruszania się,
- podkreślamy je ruchem całego ciała, siłą odśrodkową (obroty wokół własnej osi), przyspieszeniem (np. szybkie podniesienie malca do góry lub opuszczenie go na dół) tak, żeby te zmiany były odczuwalne dla dziecka.

BARASZKOWANIE zabawy ruchowe w domu i nie tylko

jest to rodzaj zabawy
dostępny niemal
zawsze i wszędzie,
nie wymagający ani sprzętu,
ani specjalistycznych umiejętności

jest bardzo ważnym
elementem „**bycia razem**”,
wspomagającym harmonijny
rozwój dziecka

jest pierwowzorem
Metody Ruchu Rozwijającego,
opracowanej przez
Weronikę Sherborne,
przydatnej w terapii dzieci
z bardzo różnymi problemami

daje dziecku i rodzicowi
bezpieczny
kontakt dotykowy

rozwija **świadomość
i kontrolę**
własnego ciała

daje dziecku
**poczucie
bezpieczeństwa**

rozwija
spontaniczność

wspomaga
rozwój ruchowy

wspomaga
rozwój równowagi

rozbudza pozytywne
emocje i pomaga
wyciszyć negatywne

zależnie od doboru zabaw
pomaga **wyciszyć agresję**
lub **zwiększa pewność siebie**
dzieci lęklivych

rozwija mowę
(która zawsze towarzyszy
radosnej zabawie ruchowej)

zależnie od doboru zabaw
dostępne jest dla dzieci
w każdym wieku,
także tych najmłodszych

jest formą
relaksu

wyzwala
dobrą energię

SPRAWDZONE POMYSŁY NA RADOSNE BARASZKOWANIE

wspinanie się na drzewo
- dziecko trzymane przez rodzica za ręce
i lekko przez niego podciągane w razie potrzeby,
wspina się na niego do wysokości bioder
lub nawet ramion

podrzucanie dziecka
do góry

zabawa w mikser:
ręce rodzica zamieniają się w „końcówki”:
łaskoczące, kłujące, siekające, głaszczące,
ugniatające, podszczypujące, dziobiące,
masujące, boksujące i co tylko
wyobraźnia jeszcze podpowie

„samolocik” - dziecko leży brzuszkiem
na podudziach rodzica,
który kładąc się na podłodze
podnosi nogi do góry

zawijanie „naleśnika” w koc

przygotowanie
pizzy/ciasta/babeczek itp.
na plecach dziecka

wszelkie „wygłupianki”
- zabawy, w czasie których dziecko łaskoczemy,
podszczypujemy, udajemy, że zjadamy
jakąś część ciała itp.

masażyki na plecach
dziecka

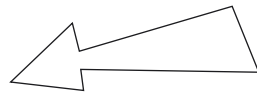
zabawa w auto:
dziecko siedzi na plecach rodzica
(tak, jak do jazdy konnej),
on zaś w miejscu wykonuje różne ruchy
jadącego auta: podskakiwanie na kamieniach,
gwałtowne hamowanie przed światłami
(z asekuracją dziecka),
zakręty w obie strony itp.

jazda konna
na mamie/tacie

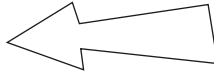
więcej pomysłów zabaw można zaczerpnąć z publikacji
i stron www, poświęconych tematyce Metody Ruchu
Rozwijającego Weroniki Sherborne.

DUŻO ŚMIECHU GWARANTOWANE

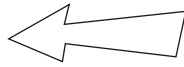
ZABAWY PALUSZKOWE TAK DOROŚLI BAWIĄ SIĘ Z MAŁYMI DZIEĆMI OD POKOLEŃ



Mówienie wprost
do ucha dziecka



Głos matki
z niewielkiej odległości



Kontakt ciało
do ciała (dotyk)

Wspólnie dzielone
emocje

Wspólnie dzielona
uwaga

Rozwój mowy

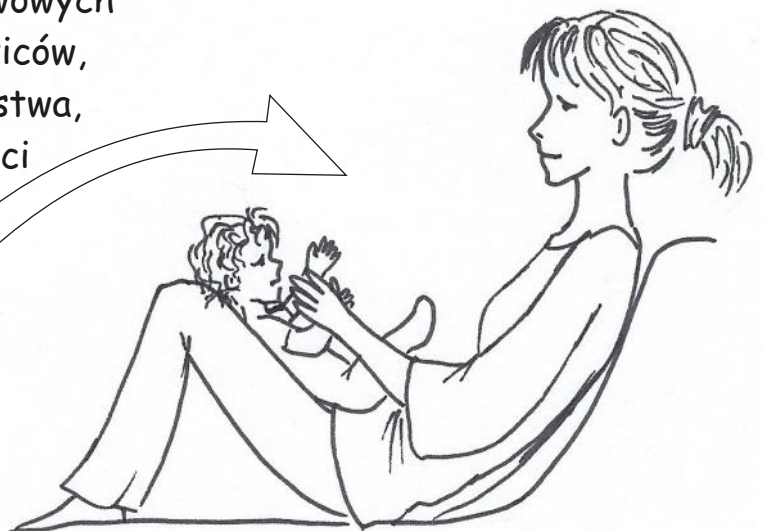
Rozwój słownictwa

Zaspokojenie podstawowych
potrzeb: uwagi rodziców,
miłości, bezpieczeństwa,
akceptacji, miłości

Kontakt wzrokowy

Dobra zabawa

Spędzany
razem
czas



ZABAWY PALUSZKOWE SĄ BEZCENNYM ŹRÓDŁEM MOWY PEŁNEJ RYMU, RYTMU I WYRAZISTEJ MELODII. MALUCHY UWIELBIAJĄ TAKIE MÓWIENIE. Z RADOŚCIĄ CZEKAJĄ NA ZAKOŃCZENIE - NIESPODZIANKĘ.

LUBIANE PRZEZ DZIECI!



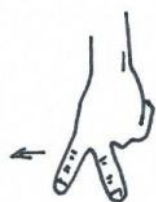
KOSI - KOSI ŁAPKI...



SROCZKA



IDZIE, IDZIE STONOGA...



IDZIE RAK...



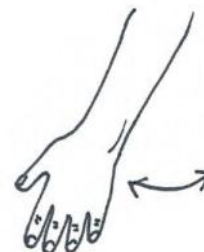
LATA OSA KOŁO NOSA...



POWITANIE PALUSZKÓW



ZABAWY PALUSZKOWE



DZWONY



KRASNOLUD



RODZINKA



KOMINIARZ



LITERATURA

"Wchodzi, wchodzi Stach na dach" - Małgorzata Barańska

"Przytulanki, czyli wierszyki na dziecięce masażyki" - Marta Bogdanowicz

"Zabawy paluszkowe" - Krzysztof Sąsiadek

"Pokaż oko, pokaż nos" - Małgorzata Barańska

"Paluszkami tak i siak. Zabawy paluszkowe z wierszykami" - Małgorzata Barańska

**ZABAWA
TEMATYCZNA:
PO CO?
KIEDY?
JAK?**

CO DAJĄ DZIECKU (I NAM) ZABAWY TEMATYCZNE?

- wspólnie przeżywane emocje, czasem odreagowanie przykrych emocji,
- rozwój wyobraźni,
- rozwój słownictwa, poszerzenie horyzontów i wiedzy o świecie,
- rozwój społeczny dziecka,
- dialog między rodzicami a dzieckiem, czyli rozwój komunikacji.

W JAKIM WIEKU MOŻNA ROZPOCZĄĆ ZABAWY TEMATYCZNE?

- można je rozpocząć już w 1-2 r. ż., dorosły inicjuje, podaje pomysły i organizuje zabawę,
- z młodszymi dziećmi można bawić np. w karmienie mamy - na początek prawdziwym jedzeniem - np. podawanie chrupków, później przyjdzie czas na udawane karmienie np. klockami,
- z czasem zabawy stają się bardziej rozbudowane, w wieku przedszkolnym "rozkwitną" w przedszkolu z rówieśnikami, są ważnym etapem rozwojowym dziecka.

W CO SIĘ BAWIĆ?

- tematy zabaw powinny być bliskie dziecku czyli dotyczące jego codziennego życia, a jednocześnie interesujące,
- nawet prostą zabawę możemy dowolnie rozbudowywać np. bawimy się w jazdę autem: dziecko siedzi na kolanach rodzica, trzymamy razem jakieś kółko przed sobą i jedziemy w podróż ze wszystkimi odgłosami samochodowymi, podskokami na wybojach, zakrętami, ostrym hamowaniem, czekaniem na światłach itp.
- bawimy się w dom, w karmienie lub usypianie misia, czesanie go, mycie mu ząbków, w wizytę u lekarza, szczepienie, pranie, rozmowę telefoniczną, gotowanie obiadu, warsztat, podróż morską podczas kąpieli itp.

CZYM SIĘ BAWIĆ, CZYLI RZECZ O REKWIZYTACH.

- rekwizyty powinny być proste, dostępne od ręki: łyżeczka, plaster, wanienska jako statek, miś lub lalka,
- autentyczne rekwizyty ubarwiają zabawę, ale te, które udają coś innego - rozwijają wyobraźnię,
- dla młodszych dzieci bardziej odpowiednie są rekwizyty dosłowne: np. łyżeczka do jedzenia, grzebień do czesania,
- dla nieco starszych dzieci rekwizyty mogą już coś udawać: np. pokrywka do garnka będzie kierownicą auta, a klocek - telefonem.

ZABAWA TEMATYCZNA

czyli KIEDY WSZYSTKO DZIEJE SIĘ NA NIBY
KILKA PRZYKŁADÓW Z DOMOWEJ PRAKTYKI

Kołysanka.
Tata „usypia” synka,
synek - misia



SPOŁECZNY PRZEKAZ

Dziecko karmi mamę



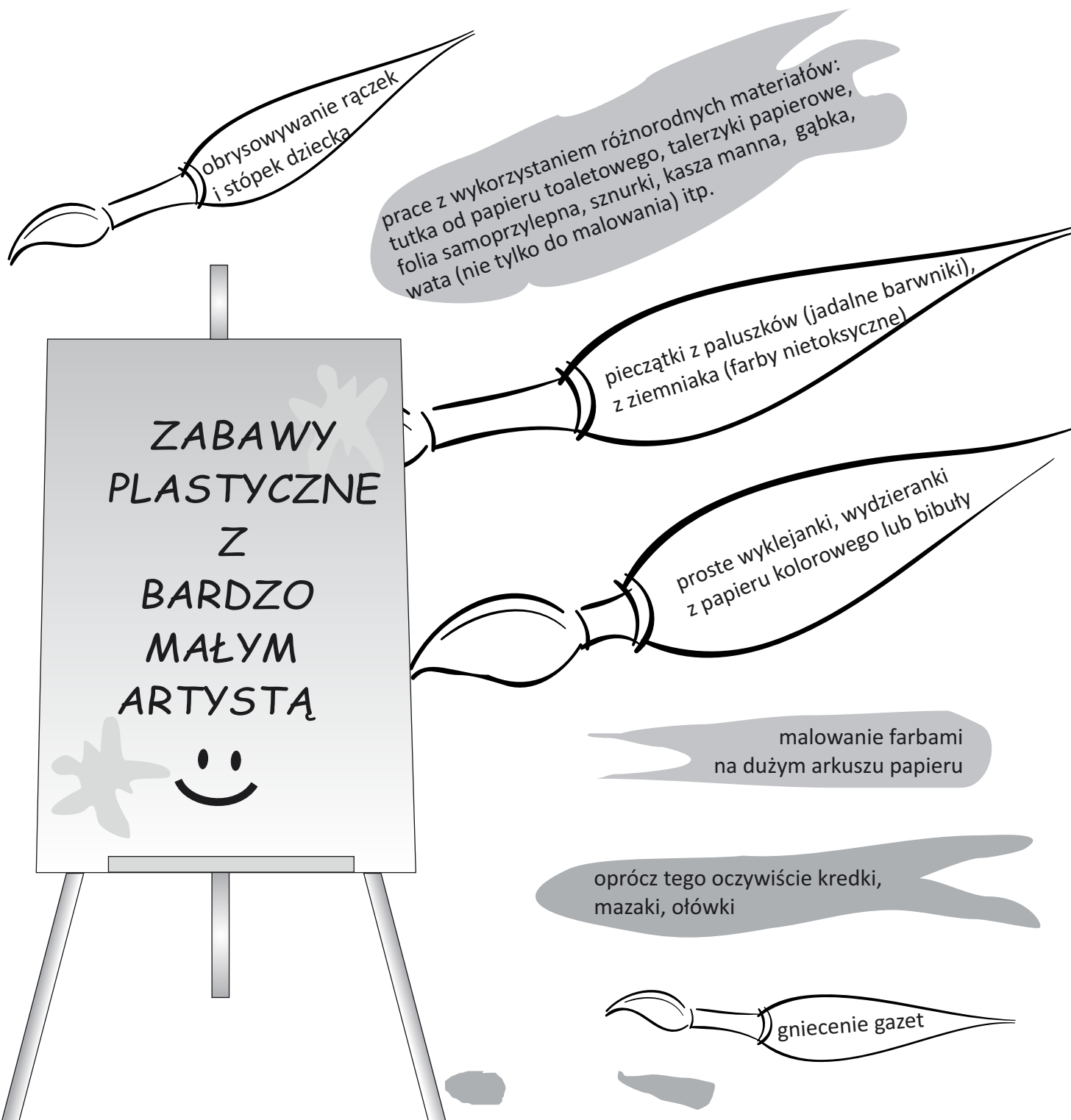
DIALOG

W morskiej podróży zdarza się
WIELKA FALA!!!



DUŻO RADOŚCI

W pierwszych latach życia to dorosły jest najlepszym „kumplem” do zabawy. Później przyjdzie czas na rówieśników i Twoje dziecko będzie wolało kolegów i koleżanki. Ciesz się więc swoją rolą, póki trwa.



ZABAWY
PLASTYCZNE
Z
BARDZO
MAŁYM
ARTYSTĄ



obrysowywanie rączek
i stópek dziecka

prace z wykorzystaniem różnorodnych materiałów:
tutka od papieru toaletowego, talerzyki papierowe,
folia samoprzylepna, sznurki, kasza manna, gąbka,
wata (nie tylko do malowania) itp.

pieczątki z paluszków (jadalne barwniki),
z ziemniaka (farby nietoksyczne)

proste wyklejanki, wydzieranki
z papieru kolorowego lub bibuły

malowanie farbami
na dużym arkuszu papieru

oprócz tego oczywiście kredki,
mazaki, ołówki

gniecenie gazet

nawlekanie makaronu,
okrągłych chipsów
czy żelków na sznurowadło

Warto pamiętać:

- najważniejsza jest wspólna zabawa, współpraca, razem przeżywana radość, a nie jakość wykonania pracy;
- zamiast zdawkowych słówek: "świetnie", "super" dobrze jest stosować zasady pochwały opisowej, opowiadając o tym, co nam się podoba w pracy plastycznej;
- dla malucha będzie to np. wskazywanie palcem poszczególnych fragmentów pracy z krótkim komentarzem: „o, narysowałeś wysokie drzewo”, „ale wesołe słońeczko”, oraz mimiką potwierdzającą zainteresowanie rodzica.



**O nietatwym
byciu rodzicem i nie tylko**

„W RODZINIE KAŻDY
JEST BARDZO WAŻNY”

W RODZINIE KAŻDY JEST WAŻNY

MAMA
prowadzi
dziennik zdarzeń,
poza tym przytula,
no i karmi mnie
oczywiście

TATA
podrzuca wysoko,
biega ze mną
i podskakuje
(nawet na dworze)

SIOSTRA
zabiera mnie
do piaskownicy
(wielkiej
jak pustynia!)

BRAT
ściga się ze mną
autkami
i kłóci o byle co



BABCIA
...to „słodka tajemnica”

DZIADEK
naprawia wszystkie
zepsute zabawki,
nawet rower!

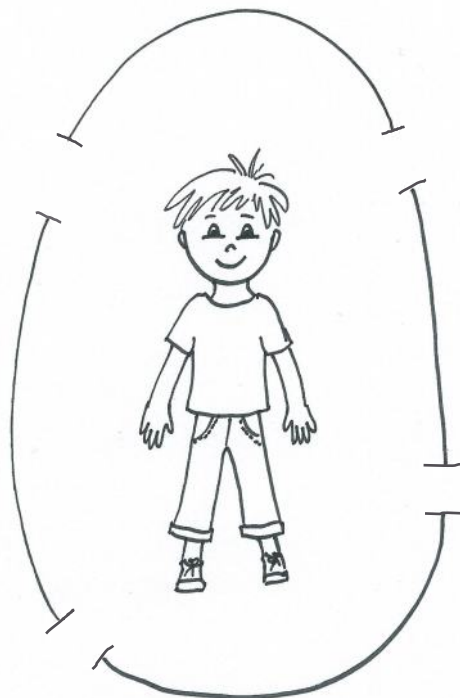
WUJEK
wygłupia się ze mną
i śmieje najgłośniej

CIOCIA
przynosi
ciekawe książki
i czyta je
ze mną razem

PIESEK
mięciutka,
kudłata miłość

W RODZINIE BAWIMY SIĘ I ROZMAWIAMY. WSZYSCY MI POMAGAJĄ.
KAŻDY MÓWI INACZEJ, WIĘC Z KAŻDYM UCZĘ SIĘ ROZMAWIAĆ.
CZUJĘ SIĘ KOCHANY I... TEŻ JESTEM WAŻNY I WYJĄTKOWY!

OGRANICZAĆ CZY STAWIAĆ GRANICE?



WAŻNA SPRAWA!

- Mniej więcej do końca pierwszego roku życia dziecku raczej granic się nie stawia (z wyjątkiem niebezpiecznych sytuacji, oczywiście).
- Już wtedy tworzy się jednak rytm dnia (który jest mimo wszystko jakimś ustaleniem zasad), częściowo przynajmniej dostosowany do dziecka (np. pory spania).
- Po pierwszych urodzinach przychodzi czas na coraz wyraźniejsze **wprowadzanie granic**, zasad panujących w domu i między ludźmi, w życie dziecka.
- **Granice porządkują dziecku jego mały świat.** Zasady regulują sprawy trudno dla niego zrozumiałe (np. kwestię jedzenia słodyczy przed obiadem).
- Dziecko, które musi funkcjonować w świecie pozbawionym granic, nie wie, czego się spodziewać ze strony dorosłych, nie potrafi niczego przewidzieć, nie wie, jakie jego zachowania wywołają pozytywną, a jakie - negatywną reakcję otoczenia.
- **Szczególnie dotyczy to dzieci niesłyszących**, którym z natury rzeczy trudniej jest pojąć zasady rządzące światem - bez granic stawianych przez dorosłych gubią się całkowicie.
- Pogląd, że małemu dziecku granice tylko szkodzą, albo że „on taki mały, biedny, nic nie rozumie, jak można mu czegoś zakazywać/nakazywać”, to fałszywe złudzenie.
- Można popatrzeć na to odwrotnie - dziecko niewiele zrozumie z otaczającego go świata, jeśli mu tych granic (rozsądnych, dostosowanych do wieku) nie postawimy.

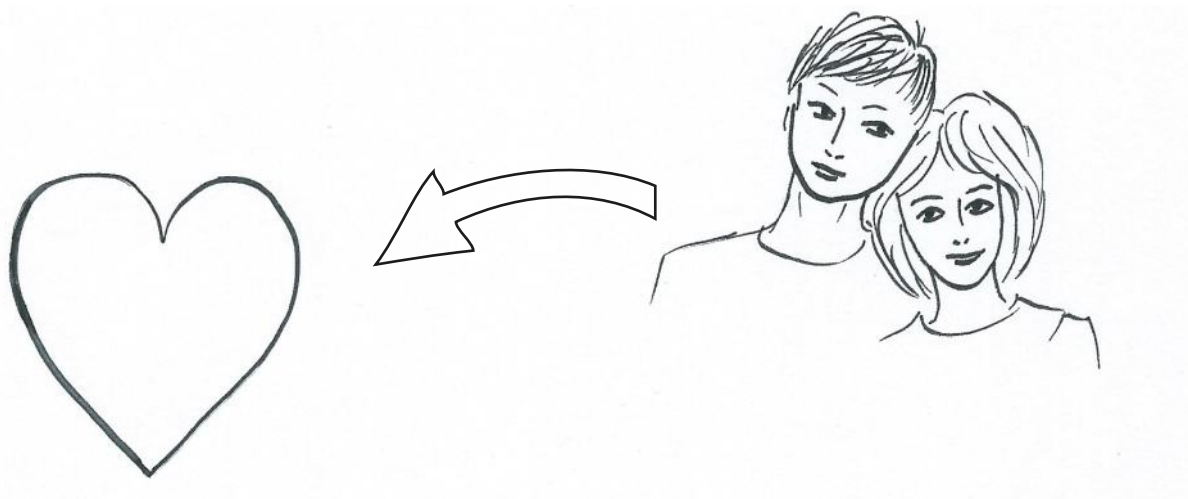
Jednym słowem - **rozsądnie stawiane granice dają dziecku poczucie bezpieczeństwa!**

BYĆ RODZICEM TO WIELKA SPRAWA

Bycie rodzicem zmienia życiową perspektywę diametralnie i nieodwracalnie. Zmienia się hierarchia wartości i celów. Całe życie wywraca do góry nogami, a środek ciężkości niespodziewanie przypada na najmniejszą istotę w rodzinie. Przybywa radości i zupełnie nowych niespodzianek, ale też trosk i kłopotów. Ale o dziwo, nie zamieniłbyś tego "balastu" na bez troskę dawnej ery bez dziecka!

Jako rodzic doświadczasz wielu niezwykłych, pozytywnych i jedynych w swoim rodzaju emocji:

- wielkiej **miłości** rodzicielskiej, której nie da się porównać z żadną inną,
- ogromnej **radości** z drobnych nawet osiągnięć malucha,
- **dumy** ze swojego dziecka, które (sam przyznaj) jest ABSOLUTNIE WYJĄTKOWE!
- przyjemności bycia z malutkim "cudem świata".



Zadaniem rodzica jest wychowanie dziecka ku samodzielności.

Jeśli czujesz się niepewnie:

- poszukuj wiedzy, pytaj innych rodziców, przyjaciół i rodzinę;
- czytaj i korzystaj z porad specjalistów;
- a przede wszystkim ufaj własnej intuicji rodzicielskiej.

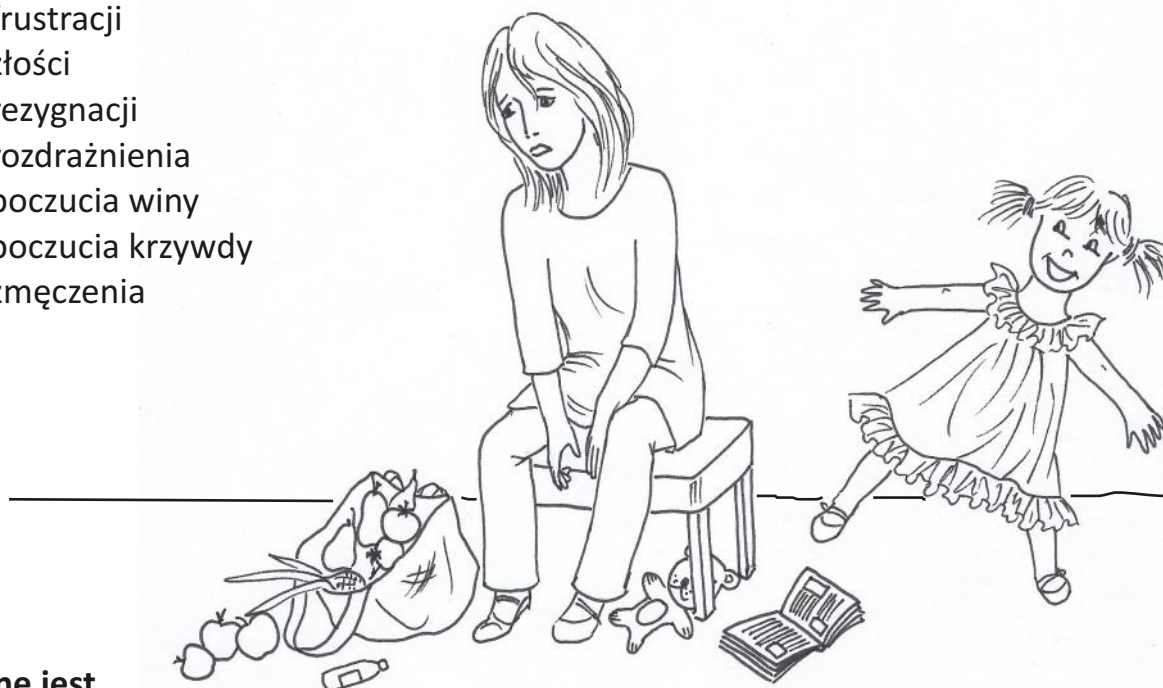
Ciesz się swoim małym dzieckiem, bo to czas bardzo krótki i niepowtarzalny. I niech tej radości nie przesłoni ci nieustająca troska oraz poczucie odpowiedzialności.

BYĆ RODZICEM TO TRUDNA SPRAWA

Jako rodzic żyjesz bardzo intensywnie, masz mało czasu i doświadczasz też uczuć nieprzyjemnych. Energia malucha niejednokrotnie przekracza granice sił dorosłych (co zaprzecza podstawowym prawom fizyki :). Do tego dochodzą troski związane z niepełnosprawnością dziecka, niepokojem o jego rozwój i oczywiście wszystkie inne życiowe trudności.

Masz prawo do różnych uczuć:

- frustracji
- złości
- rezygnacji
- rozdrażnienia
- poczucia winy
- poczucia krzywdy
- zmęczenia



**Ważne jest,
by swoich trudnych emocji
nie kierować na dziecko.**



Zadbaj o siebie i swoje samopoczucie:

- szukaj codziennie chwili dla siebie,
- znajdź radość w drobiazgach,
- staraj się czerpać radość i zadowolenie z zabaw z maluchem - nie traktuj ich jak obowiązku ("muszę zadbać o rozwój dziecka"),
- nie porzucaj swoich pasji i zainteresowań (rozwijaj je, choćby tylko w bardzo małej "dawce"),
- rozmawiaj z innymi rodzicami, szukaj tych, którzy mają podobne doświadczenia,
- oczekuj zrozumienia u swoich najbliższych (ale pamiętaj, nie wszyscy ci pomogą, czasem trzeba też samemu "przesiewać" dobre rady).

UWAGA!

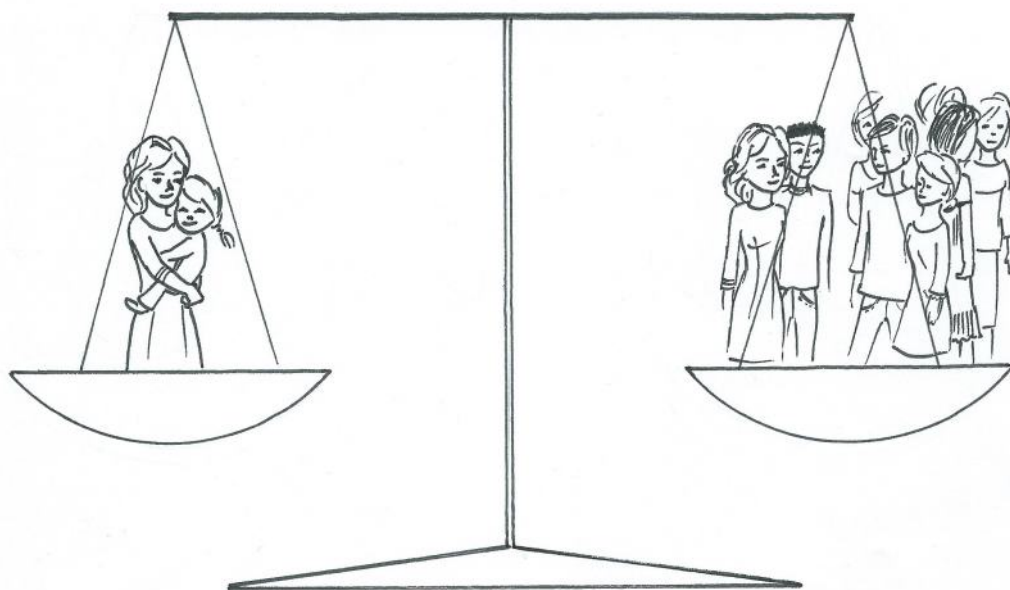
Jeżeli bycie rodzicem bardzo cię przytłacza, poszukaj profesjonalnej pomocy u psychologa.

JESTEŚ NIE TYLKO RODZICEM

Masz poczucie, że dziecko zdominowało całe twoje życie?

I dobrze!

Taka jest kolej rzeczy: początkowo jest ono bezbronnym maluszkiem, który potrzebuje twojej uwagi i koncentracji jak nikt inny. Ten czas (maksymalnego skupienia się na dziecku) jednak mija. Jest ono coraz starsze i coraz bardziej samodzielne.



Dobrze jest zadbać o relacje z najbliższymi i z przyjaciółmi. Oprócz fantastycznego (i niekiedy uciążliwego, a jakże!) kontaktu z dzieckiem, potrzebujesz też kontaktu z dorosłymi.

Oni też potrzebują ciebie.

Spróbuj znaleźć tutaj zdrową równowagę.

Idź na spacer tylko z mężem/żoną,
umów się na kawę z koleżanką,
zadzwoń do swoich rodziców.

**Pamiętaj o tym, że chwasty zarastają ścieżkę, którą się nie chodzi -
łatwiej do tego nie dopuścić, niż pielnić te, które zdążyły już wyrosnąć.**

