

TERÁPIA

A) Tanácsok az érzékelés, észlelés területén

„Beszélgessünk”!

„Beszélgessünk” a babával! Lehet, hogy nem olyan ez a társalgás, mint egy már beszélő gyermekkel, ám a hangsúlyozásból, játékos dallamból vagy az indulatainkból a kicsi sokat megért és tanul. Ha a baba gőgicsél, játszik a hangokkal, ismételjük meg, amit mi is ki tudunk ejteni! Fontos ez a kölcsönösség, oda-vissza „párbeszéd”, mert ezzel az anyanyelv hangjait könnyebben kihallja, megtanulja.

„Kukucs”-játék

A „kukucs”-játék nagy haszna, hogy a baba már egészen a korai fejlődési szakaszban összehasonlíthat: volt – nincs. A játékos szemlélet pedig az érzelmeiken keresztül fejleszti a látásérzékelést és az emlékezetet.

Testrészek

Mikor a paplan alá bújjuk a kicsi, és alányúlva a lábacskaát „találom meg”, majd egy kicsi hasat, hátat, kezecskét, és ezt hangosan, a felfedezés örömeivel tudatom vele, a saját testrészein érzi, aminek nevet adtam. Később egy pár játékát dughatom a paplan alá, és már neki kell kitalálnia, mi van ott. Ez segít a saját testén tájékozódni, a megnevezésekkel pedig szavakat megtanulni, szóemlékezetét megalapozni.

Ritmus tapsal

A mondókákban, rövid dalocskákban adott a ritmus. Ha tapsoláshoz kötjük, látványosabban erősíthetjük a kicsi ritmusérzékét. Később lehet küldeni tapsolt ritmusfeladatokat. Ha nehéz, akkor előbb szavakhoz kössük: pl. há-rom, pá-rom, to-jás, go-lyó, á-ru-ház. Majd mondatot is kitalálhatunk: pl. Ké-rem a lab-dát! Zárd be az aj-tót! (Ha játékosan adom az utasítást, lehet, hogy szívesebben meg is teszi.)

Eljátszhatjuk a testrészeinket úgy, hogy rámutatok valamelyik testrészemre, majd mondom, és tapsolok egyet. Később kettőre mutatva kettőt tapsolok. „Szem” – taps, „száj” – taps, stb. „Váll, kéz” – taps, taps, „mell, hát” – taps, taps. Vagy: „hajam” – taps, „arcom” – taps. „Fülelem, orrom” – taps, taps. Végül azzal is befejezhetem, hogy taps helyett pusztit adok az ő testrészeire.



Küldött hang

Ha a baba már tud ülni, „küldhetek” neki autóval, labdával különböző hangokat: pl. zzzz, sss, szszzs. Majd a beszédtanulás tájékán szótagokat, szavakat: pl. papapa, bababa, nyenyenye, kukuku, zizizi; baba, mama, papa, pipi, haha. Ha már tud szavakat, a kimondott szavakból válogassunk! Pl. tejszi, alma, autó. Amikor a gyermek visszagurítja/dobja az autót/labdát, biztassuk, hogy ő is mondja a hangsort, kifejezéseket! Ha már tud szavakat mondani, bátran próbálkozzunk olyanokkal is, amelyeket ismer, de még nem hallottuk tőle! Pl.: ház, busz, kuka, puha.

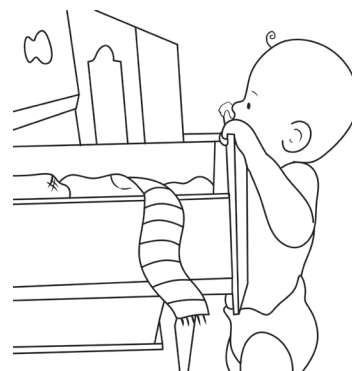
Ezek a játékok még nem tarthatnak tovább pár percnél, de ha a kicsinek tetszik, gyorsan hoznak eredményt.

Tánc

Már a járás előtt is sok örömet találhatunk a táncolásban. A pici az ülünkben teljesen átérezheti a ritmust, a dallamra történő mozgást, együttmozgást apával, nagyobb testvérrel vagy bárki mással a családban.

„Leltározás”

Ha már elindult a baba, minden érdeklő. Ezért is rámul. Kipakolja a szekrényt vagy amit talál. Ha segítjük a megismerést, nem pedig eltiltjuk, az ujjában érezheti a darabosságot, hogy több vagy kevesebb, és hányféle érdekes tapintású anyag létezik. Végül lehet, hogy a homoknál, gyurmánál fog kikötni, mert annak kellemes az érintése, és ő maga is változtathat a formáján. A víz is hasonlóan vonzza. Ha több kis edényt, kancsót tölthet, ez a későbbi mértékváltást alapozhatja meg.



Indulás

Ha itt az idő, és menni kell, ezt egyszerű határozott hangon tudassuk a gyermekkel. Ellenkező hatású, ha kérdezzük: „Ne induljunk még?”, „Fölveszed a kabátod?”. Ez nem választható! Az se szerencsés, ha a kicsi már odajött felöltözni, de anya még neki kezd beszélgetni a vendéglátóval. Akkor azt tapasztalja a pici, hogy nem is olyan fontos elmenni. Legközelebb nem fogad szót, ha az indulás szóba kerül.

Tudjon várni

Ha azt tapasztaljuk, hogy a gyermek türelmetlenkedik, vegyük észre, és kezdjük el csitítani! Azért, mert hisztizik, ne kaphasson édességet! Magyarázzuk el, hogy igen, várja őt a keksz, csoki, de tud addig várni, míg vagy megeszi a reggelit, vagy befejezi a rendrakást! Segít anya, de a kicsi is tegye meg, ami tőle telik! Ha először csak rövidebb ideig, később hosszabbra nyújtjuk a várakozási időt, nem alakul ki a követelőzés.

B) Tanácsok a mozgásproblémák megelőzéséhez

A logopédiai kezelések során nem egyszer tapasztaltam, hogy a hangjavítások üteme, a beszédértés valamint a javított hangok, nyelvi struktúrák beépülése a folyamatos beszédbe váratlanul felgyorsul, amikor a gyermekek mozgásterápiás segítséget kapnak. Ekkor a hiányosabb idegrendszeri területek felzárkózása beindul, és nagyobb ösztönzést kap. Az összetettebb terápiák gyorsabban, eredményesebben hozhatnak sikert. Ha szól a védőnő, az orvos, vagy ha nem szól, de úgy érzik, hogy nem megfelelő a kisbaba mozgásfejlődése, minél korábban lépjenek!

Mikor nem megfelelő a kisbaba mozgásfejlődése?

Ha azt tapasztalják, hogy a baba később érzékeli, vagy később reagál a környezet ingereire, nem elég aktív, vagy hiányzik valamelyik mozgásfejlődési elem, mondjuk, nem ül fel, nem kúszik, mászik, akkor már figyeljünk oda! Ha a mozgást, mozgásokat nem produkálja, ismételjük meg többször a cselekvést! Mutassuk meg, hogyan próbálja húzni a lábát maga után, mikor kúszik, csúszik! Ha gyenge, erőtlen, a fejét is nehezen tartja meg, és összecuslik, érdemes felkeresni a pedagógiai szakszolgálatot, ahol a szülők a vizsgálattal és – ha szükséges – a fejlesztő foglalkozásokkal kapcsolatban tájékoztatást kaphatnak.



Babamasszázs

Sok fejfájást, álmatlan éjszakát okoz a szülőknek, amikor hasfájós a baba. E probléma megelőzésére javasolni tudom a többhetes – 1-2 hónapos kortól kb. fél évig tartó – babamasszázsot. A masszőr olajokkal simogatja, nyomogatja a kicsi izmait, átmozgatja a végtagjait. A heti egy-két kezelés jótékony hatására fejlődik a tapintás és belső érzékelés. Emellett a görcsösebb izmok lazulásával és a személyes kapcsolattal a pici elégedettebb, nyugodtabb, vidámabb csecsemőkort élhet meg.

Mozgásterápiás formák

Az itt leírt mozgást fejlesztő módszerek köre közel sem teljes. Vannak már publikált, de olyan programok is, amelyeket a fejlesztő szakemberek saját ötleteik alapján dolgoztak ki és alkalmaznak. Közreadok néhányat.

– Katona Ferenc terápiás programja

Az agyfejlődésében károsodott csecsemő – egyénre szabott – terápiás programját dolgozta ki. A gyógyítás során a nehézségi erő hatására támaszkodik. A módszer titka továbbá a korai kezelés. Rendszeres és következetes ingerlő feladatokkal érik el, hogy az elpusztult mozgató ideghálózat működését egy egészséges idegsejtcsoport vegye át. (23)

– Dévény-torna

A névadó, Dévény Anna mozgásfogyatékos gyermekek számára dolgozott ki egy nagyon sikeres fejlesztő mozgásformát. Ebben a művészeti tornát gyógytornával ötvözte. (29)

– Alapozó terápia

Kb. 20 éve kialakult terápia, melyet a Delacato-módszer alapjain fejlesztettek ki. Öt-éves kortól alkalmazható, mivel sport-edzés jellegű, nagyon hatásos terápiás forma. Három hónap után látványos javulás érhető el, ám ha abbahagyják, előfordulhat visszaesés. Akár felnőtt korig segíthet. (29)

– **Szenzomotoros integrációs terápia**

Sófalvi Sándor a könyvében leírja, hogyan kapcsolja be az érzékelést a 3-7 évesek sokoldalú mozgás- és személyiség-fejlesztésébe. (34)

– **Ayris-terápia**

Sokféle érzékelési területre ható mozgásfejlesztés számos eszközzel, vidám hangulatú önmegvalósítással. Ez a közös döntésekre is építő Ayris-terápia 2-4 éves korúak számára.

– **Korai integratív fejlesztés**

A terápiás folyamatot Németh Erzsébet és S. Pintye Mária dolgozták ki, és írták le *Mozdul a szó* című könyvükben. Ezzel a súlyosan akadályozott beszédfejlődésű óvodás gyermekeknek oldják meg a mozgásuk, az anyanyelvi és a megismerő funkcióik, valamint a grafopercepciójuk fejlesztését. (30)

– **HRG- és TSMT-módszerek**

E programban Lakatos Katalin nevéhez fűződik bizonyos alapkészségek csiszolása. A „primitív reflexprofil leépítése után a korai mozgásfejlődésre jellemző mozgások újbóli átélése, aktiválása révén” fejleszt báziskészségeket. Ezek beépülésével tanítványai „a korábbinál érettebb, összerendezettebb módon tudnak viselkedni, figyelni, feladatot megoldani, finommozgásokat elvégezni”, szabályok alapján közösségbe beilleszkedni. (26)

C) Tanácsok a beszéd és nyelvfejlődés segítésében

A nyelvsajátítási folyamat elemei

1. Utánzási képesség
2. Veszületett nyelvtanulási kódrendszer
3. Kognitív tudatosság
4. Környezeti rásegítő nyelvezet (dajkanyelv)



1. Az utánzási készség híd a megértés és a spontán beszéd létrehozása között. A kicsi csupán addig utánoz, akár ismételve, míg önállóan nem lesz képes a nyelvtani szerkezetet létrehozni. Ám aki nem képes, meg kell tanítani neki, hogyan kell ezt beépíteni a beszédébe.

Ha a pici nem képes rá, hogy utánozzon bennünket, erre célszerű őt így megtanítani. Szóljunk rá: „Figyelj csak, én hogy csinálom! Így küldök puszit. Így pópázok, integetek. De puszit a számmal küldök. Van cuppanós is, csücsörítős is. Csináljuk együtt! Nézzük meg tükörben!” Ugyanígy mutathatjuk, hogy ejtünk ki egy-egy hangot vagy szót! Hogy megy az autó, a lovacska: szájpörgetés, csettintés.

2. A gyermekek nyelvi észlelése előre programozott. Minden gyerek a nyelvsajátítás veszületett képességével jön világra. Az emberi agy felkészült a nyelvre. Kiejtett hangokat megkülönböztet, illetve belőlük alkot és értelmez szókincset, szabálykészletet, interakciót, kapcsolatfelvételt a környezete ösztönzésére. Ezért sikerülhet akár egyéves korunkban elkezdni beszélni. (13, 14, 16) A nyelvi rendszer specifikus zavarára utal, ha valaki nem tud élni a „nyelvsajátítási fortély” adottságával. Sokáig nem tanul meg szavakkal beszélni, nehezen javulnak a todalékolási, kiejtési hibák. Őt diagnosztizálhatják a logopédusok megkésett, akadályozott beszédfejlődésű gyermeknek. (16)

A legkorábbi figyelmeztető jelek egyike az, amikor az egy-másfél éves gyermekünknel azt tapasztaljuk, hogy nem beszél, vagy alig egy-két szó megtanulása után leáll a beszédtanulási folyamat. Úgy gondoljuk pedig, hogy mi „beszélgettünk” vele, hallott sok mondókát, dalocskát. Érti, amit ebben a korban elvárhatunk tőle. A szótanulás, a verbális jelekkel történő kommunikáció azonban késik. Ekkor tudatosabban kell a beszéd és a nyelvi készség megindítására koncentrálni! Otthon naponta ugyanabban az időben szánjunk legalább fél órát – csak vele kettesben – a beszédre!

3. A szótanulást megelőzi egy vizuális gondolatlap kifejlődése. Vagyis, mielőtt egy kisgyermek szóval mondaná el, mire is gondol, mi a kívánsága, az a kép jut az eszébe, ami a tejesüveget vagy a kisautót ábrázolja, ha azt kéri. (30)



4. Dajkanyelv

Az első három évben egy sajátos rásegítő nyelvezettel, átalakított szülői beszéddel, a dajkanyelv segítségével tudjuk a kicsikéket finoman hangolni a beszédre.

Hogyan?

- Lassabban beszélünk, különben nehezebb a kicsinek megértenie, mit szeretnénk.
 - Jelentősen leegyszerűsödik a szóhasználatunk, a nyelvtan és a mondszerkezet. Pl. „Kérem a kezedet!” ahelyett, hogy „Nyújtsd ide nekem a bal kezedet, légy szíves!”
 - A mondatok rövidebbek: feleannyi szóból áll egy babának szánt mondat, mint egy felnőttnek fogalmazott egység.
 - A „Hol van a...?” és „Ez egy...” típusú mondatokkal mintegy értelmezzük azt, amit keresünk vagy bemutatunk. „Nézd, ez egy autó! Brrm, brrrm. Látod? Ellököm, és megy.”
 - Amit mondunk, az a konkrét helyzetre, tevékenységre vonatkozik.
 - A baba mondatát ismételjük, kiegészítjük magyarázattal, és azt is elismételjük. Azaz többször ismétlünk. (A tanulás egyik legfontosabb eleme az ismétlés.)
 - Sok az érzelmi összetevő abban, amit közlünk. Sok örömet jelent szülőnek és kicsinyének az együttlét, a beszédtanítás. Ezt mosollyal, nevetéssel, vidám játékkal, simogatással, csiklandozással, puszikkal közvetlenül hozzuk a tudomására!
 - Speciális hangokat, szavakat használunk: „Hmm, de finom ez a hamika!”
 - Magasabb hangfekvéssel, szélesebb hangterjedelemmel beszélünk. Ennek szerepe a figyelem intenzív fenntartása és visszajelzés várása. A gyermeki hangadásokat a felnőtt jelentéssel ruházza fel, és beilleszti a társalgásba. Azaz, valóban beszédre készítjük a kicsikéket. Mire képes lesz velünk egy valós társalgásra, már rengeteget fog tudni arról, hogyan kell részt venni benne. (14)
- Pl. „Pá-pá, kicsim. Tentézzél, alukáljál! Ha pihentél, megint jövök, és megszeretgetlek. Jó? Szia, picur!”
- Pl. „Kukucs! Ki van itt? Igen, anya (apa, mama, papa)! Gyere csak! Hagy lássam, mekkorát nőttél! Nőttél? Igen? Vagy csak a pocikád nagyobb? Hadd fújjak rá! Szabad?”
- Pl. „Mit mondtál?! Mem? Neem?! Nem? Biztos? Nem eszel banánt? Na, megállj! Én eszem meg! Mem? Azt mondod, nem? Tessék, akkor a tiéd!” (5)

D) Tanácsok a gondolkodás fejlesztésére

Mindhárom másik terület (érzékelés, mozgás, gondolkodás) szorosan összekapcsolódik a beszéddel is.

Térben és időben való tájékozódás, sorrendiség

Amint a gyermek mozgása ügyesedik, próbáljuk megoldatni az alábbiakat! Lehet többször is egymás után, de előbb csak egyszer! Az sem baj, ha eleinte csak egy párat sikerül elvégezni! Ha nehéz, mutassuk, ismételjük, mondassuk el gyermekünkkel is, mi az, amit elvárunk!

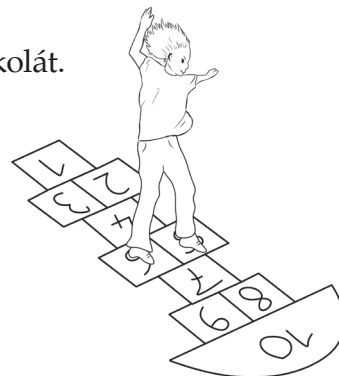
Irányt tanító mozgások

- Mutass jobbra teljes karral! Told utána a jobb válladat is!
- Mutass balra teljes karral! Told utána a bal válladat is!
- Lépj előre! Mutass előre a bal/jobbs kezeddal!
- Lépj hátra! Mutass hátra a bal/jobbs kezeddal!
- Fordítva! Lépj előre! Mutass hátra a bal/jobbs kezeddal!
- Fordítva! Lépj hátra! Mutass előre a bal/jobbs kezeddal!
- Hajolj előre/hátra!
- Fordulj balra/jobbra!
- Fordulj balra/jobbra! Hajolj ugyanarra! Majd a másik irányba!
- Menetelj előre/hátra!
- Ereszkedj négykézlábra! Fordítsd a fejed balra/jobbra!
- Négykézláb helyzetben emeld fel a bal/jobbs kezéd, aztán a bal/jobbs lábadd!
- Térdelj fel! Nyújtsd ki a lábadd előre/hátra, balra/jobbra! (Kézzel segíthetsz.)
- Térden állva hajolj előre/hátra!
- Térden állva nyújtsd a lábadd balra/jobbra, és hajolj is ugyanarra, majd a másik irányba!
- Ül a térdedre, majd nyúlj mindkét kezeddal előre! Nyújtsd meg jól a hátadd! Feküdj hanyatt! Emeld föl a bal/jobbs kezéd a mennyezet felé! Majd föl a füled mellé!
- Hanyatt fekve emeld a bal/jobbs lábadd! Tedd le balra és jobbra! Egyenként, majd mindkettőt!
- Fordulj a bal oldaladra! Alkoss holdat!
- Fordulj a jobb oldaladra! Alkoss holdat!
- Ha felálltál, ugrálj! Előbb páros lábball, majd egyik/másik lábball. „Melyikkel ugrálsz most?” Ugorj oldalra is! Páros, majd fél lábball! „Melyikkel merre ugrottál?”



Ugróiskola

Nagycsoportos és kisiskolás korúaknak ajánlhatom az ugróiskolát.



Ujjemelős játék

Tedd az asztalra mindkét tenyeredet lefelé fordítva!

- Emeld föl azt az ujjadat, amelyiket megérintem!
- Később: azt emeld, amelyikre rámutatok!
- Most egymás után kettőt emlékezetből! Majd hármat!
- Most én is az asztalra teszem a kezem. (Mellé, nem szembe!) Emeld azt az ujjad/ ujjaidat, amelyiket/amelyiküket én emelem!
- Most veled szembe teszem le mindkét kezem! Te emeld előbb tükörbe, amit én! Aztán ha balt emelek, te is a bal kezed ujjait ugyanabban a sorrendben, és a jobb kezeddal, ha a jobb ujjaimat emelem!

Analízis-szintézis kialakulását segítő feladatok

Próbáljunk minél több szempontot bevonni! Figyeljük meg az állatokat! Akár csoportosíthatjuk is! Hány lábúak, milyen színűek? A mozgásuk alapján járnak, úsznak vagy repülnek? Hogyan „beszélnek?”

- Ez a művelet (az analízis-szintézis) benne van pl. egy kirakós játékban is, ahol a részekből állítjuk össze az egész képet.
- Az egyéveseknek inkább négy darabból álló, boríték nagyságú, esetleg nagyobb méretű, de kevesebb elemből álló, kedvenc állatról vagy meséről adjunk kirakót, kockakirakót! Ahogy nő, egyre több darabból állóval próbálkozhatunk.
- A legójátékok hasonlóan nehezedjenek! Előbb a nagyobb darabokból rakjon ki a kicsi egyszerűbb figurákat!
- A homokozás, gyurmázás, festés, vágás-ragasztás, varrás, matricázás hihetetlen jó alapot ad ahhoz, hogy később megfelelően sikerüljön rajzolni, de más feladatokat megoldani is.
- Rengeteg feladatgyűjtemény jelenik meg mostanában. Vannak tematikusak: állatokkal, mesékkel, rajzfilmfigurákkal, ünnepekkel, íráselemekkel, labirintusokkal, átfogó tudásanyaggal, na és természetesen a matematikával foglalkozó „füzetek”. A matricákat is bevonók, színes figurákkal készültek, de mindenesetre cselekedtetők – az interaktívak – olyanok, amit szívesen oldanak meg a gyermekek.
- A legtöbbet azonban akkor tanulnak a kicsik, ha velünk közösen főznek-sütnek, miközben megbeszéljük, mi következik, együtt lemérjük, daráljuk, gyúrjuk, kavarjuk a készülő sütihez valókat, és jókat nevetünk a kipotyogó tésztán, elsózott vagy nem pont szépre sikeredett alkotásainkon. Ha pedig egy mesét meghallgat, beszélgetünk is róla! Hogyan? Belekérdezzük: „Hogy is kukorékol a kakas? Biztos, hogy nem ő ugat? Hanem kicsoda? Miért így végződött a mese?” Ha nem tudja, azért mesélünk mi, hogy meg is magyarázzuk. Ez nem felettetés, hanem kedves időtöltés, aminek köszönhetően gyermekünk észrevétlenül tanulja meg elemezni a történeteket.
- Az is nagy élmény, és alkalom a dolgok részeinek megláttatására, ha vagy egy születésnapot, vagy egy nyaralást közösen tervezünk meg. Mikorra tegyük? Hol legyen? Mivel készülünk, és azt hogyan szervezzük meg? Pakoljunk be közösen! Utólag pedig rákérdezzük, mire emlékszik – esetleg fotók alapján. Mi tetszett neki és miért? Mi az, amit kihagyhattunk volna?

