

Etapy ćwiczeń w korekcji mowy bezdźwięcznej na przykładzie głosek: f - w, t - d

Mowa bezdźwięczna to zaburzenia w realizacji dźwięczności, które polegają na nie wymawianiu głosek dźwięcznych, a także na zastępowaniu ich odpowiednimi głoskami bezdźwięcznymi lub myleniu obu szeregów. To wada wymowy, która prowadzi do znacznego zniekształcenia fonetycznej budowy wyrazów, a nawet do zmiany znaczenia wyrazów, np: Tomek - domek; kosa - koza, itd.

W terapii mowy bezdźwięcznej głównie wykorzystuje się metody fonetyczne. Sukces terapii w dużym stopniu jest uwarunkowany kolejnością udźwięczniania głosek., a kolejność jest uzależniona jednocześnie od dwóch czynników:

- więzadła głosowe łatwiej uruchomić przy małym ciśnieniu w jamie ustnej, gdy w nasadzie w toku artykulacji powietrze napotyka mniejszy opór (np. łatwiej jest udźwięcznić głoskę szczelinową niż zwartą);
- im dalej od krtani znajduje się miejsce artykulacji głoski tym łatwiej ją udźwięcznić (np. łatwiej udźwięcznić głoskę wargową niż tylnojęzykową. W związku z tym schemat wywoływania głosek dźwięcznych wygląda następująco: v, v', z, ż, ż, dz, dż, dż , b, b', d, g, g'

I etap - ćwiczenia wstępne (wprowadzające)

Ćwiczenia oddechowe:

- wykonanie wdechu i zdmuchiwanie świeczki (powoli, szybko) na wydechu
- wykonywanie wydechu wymawiając „s” z jednakową głośnością
- wykonanie wydechu dmuchając na skrawek papieru
- wykonanie wydechu wymawiając „s” raz ciszej, raz głośniej
- wydmuchiwanie baniek mydlanych przez słomkę
- zdmuchiwanie płomyka świecy przy stopniowo zwiększanej odległości
- dmuchanie na kłębuszki waty lub piłeczkę

Przy mowie bezdźwięcznej głos jest monotony i cichy, wargi zwykle wiotkie, a napięcie mięśni artykulacyjnych często jest obniżone. Dlatego we wstępnej fazie terapii mowy bezdźwięcznej stosuje się ćwiczenia zwiększające napięcie mięśniowe narządów artykulacyjnych (policzków, warg, języka), takie jak:

- parskanie,
- cmokanie wargami,
- gra na harmonijce ustnej,
- mruczenie melodii,
- masaż warg i języka,
- nadymanie policzków i wstrzymywanie powietrza zakończone silnym parsknięciem.

Warunkiem prawidłowego wymawiania wszystkich głosek jest m. in. sprawne działanie narządów mowy. Realizacja poszczególnych głosek wymaga różnego układu artykulacyjnego i różnej pracy mięśni. Toteż narządy mowy trzeba tak ćwiczyć, aby wypracować zręczne i celowe ruchy języka, warg, podniebienia. Dziecko musi mieć wycucie danego ruchu oraz położenia poszczególnych narządów mowy.

Usprawnianie aparatu artykulacyjnego

1. Ćwiczenia żuchwy:
 - o opuszczanie i unoszenie żuchwy ku górze
 - o wykonywanie ruchów poziomych, raz z wargami rozchylonymi, raz z zamkniętymi
 - o ruchy do przodu i do tyłu
2. Ćwiczenia warg:
 - o wysuwanie i spłaszczanie warg złączonych
 - o zakładanie wargi dolnej na górną i górnej na dolną
 - o cmokanie: wargi ściągnięte
 - o parskanie
 - o przesadna artykulacja głosek: a - i - o - e - u - y, a - i - u, a - e - u, itp.
 - o nadymanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza ustami lub nosem
3. Ćwiczenia języka:
 - o przesuwanie języka od kącika do kącika warg
 - o oblizywanie dolnej i górnej wargi
 - o oblizywanie ruchem okrężnym warg posmarowanych miodem lub dżemem
 - o oblizywanie zewnętrznej i wewnętrznej strony zębów ruchem okrężnym
 - o wypychanie językiem policzków
 - o unoszenie czubka języka do zębów górnych i dolnych
 - o kłaskanie językiem: czubkiem i środkiem języka
4. Ćwiczenia podniebienia miękkiego
 - o ziewanie i chrapanie na wdechu i wydechu
 - o naśladowanie kaszlu z językiem wysuniętym na zewnątrz jamy ustnej
 - o wymawianie sylab: ak, ka, ku, uk, aka, oko, uku, eke, itd.

Częstą przyczyną mowy bezdźwięcznej są **zaburzenia słuchu fonematycznego**, dlatego drugą ważną grupą ćwiczeń są **ćwiczenia słuchowe**. Ich istotą i celem jest doprowadzenie do umiejętności słuchowego różnicowania głosek bezdźwięcznych i ich dźwięcznych odpowiedników. Ponadto należy doprowadzić do uzmysłowienia sobie przez dziecko różnic pomiędzy tymi głoskami na podstawie wrażenia czucia i wibracji u logopedy, albo u dziecka, jeżeli któraś z par opozycyjnych jest przez nie realizowana. Wrażenia te można uzyskać w wyniku przyłożenia dłoni do krtani lub położenia jej na szczycie głowy. Innym sposobem na zrozumienie przez dziecko tej różnicy jest porównanie siły strumienia powietrza na zewnętrznej powierzchni dłoni przy artykulacji głosek dźwięcznych i bezdźwięcznych (przy pierwszych wyraźniej odczuwa się ślad powietrza).

Uświadamianie dziecku udziału więzadeł głosowych przebiega w następującej kolejności:

- tłumaczenie zjawiska dźwięczności na samogłoskach wymawianych przez logopedę, porównywania swojej wymowy samogłosek z wymową logopedy,
- obserwacji (u siebie i u terapeuty) różnic występujących w trakcie wymawiania następujących głosek parami: m - p; n - t; n - s; n - c,

- uświadomienie różnicy między głoskami dźwięcznymi i bezdźwięcznymi, rozpoczynając zawsze od głosek łatwiejszych „f” - „w”.

II etap - wywoływanie głosek: f - w, t - d

Nieprawidłowa wymowa głosek „f” i „w” może być następstwem słabej pracy mięśni warg, słabej ruchomości szczęki lub nieprawidłowego zgryzu. Dobrym ćwiczeniem przygotowawczym do wywołania tych głosek jest naprzemienne zagryzanie górnej i dolnej wargi. Najczęściej głoski „f”, „w” uzyskuje się w wyniku demonstracji ich prawidłowej wymowy. Głoskę „f” można wywołać poprzez przyciśnięcie palcem środka dolnej wargi do zębów w trakcie dmuchania, zaś głoskę „w” uzyskuje się analogicznie, ale głoską wyjściową jest długie wymawianie głoski „u”.

Po wyjaśnieniu pacjentowi tej różnicy bardzo często wystarczy poprosić, by spróbował uruchomić więzadła głosowe w trakcie wymawiania głosek bezdźwięcznych np. poprzez naśladowanie odgłosów pojazdów: motor, traktor, lub urządzeń: pralka, mikser, wirówka.

Jednym ze sposobów na udźwięcznianie głosek szczelinowych jest wymawianie bezdźwięcznych odpowiedników tych głosek w izolacji, bądź w sylabach w pozycji interwokalicznej. W tej pozycji dźwięczność samogłoski może „udzielić się” spółgłosce. Ponieważ w układach tych dźwięk jest pozbawiony znaczenia pacjent może się skupić jedynie na jego artykulowaniu. Poleca się mu obniżyć głowę, przyciągnąć brodę do klatki piersiowej i w takiej pozycji płynnie wymawiać: „awa”, „owo”, „uwu”, itd.

Innym sposobem szczególnie przydatnym w terapii młodszych pacjentów jest powtarzanie kompleksów dźwiękonaśladowczych (naśladowanie głosów zwierząt lub pojazdów).

Do wywołania dźwięczności **głosek zwartych „b” i „d”** można wykorzystać realizację nosowego „m” i „n”. Łączy się je z odpowiednimi głoskami zwartymi w sylabach (np. mmmba, nnnda, bma, nda). Innym sposobem jest jeden z wariantów metody substytucyjnej Seemana - w trakcie wymawiania głoski „m” zaciska się pacjentowi nozdrza, co pozwala uzyskać głoskę „b” i analogicznie z **głoski „n”** głoskę „d”.

Dźwięczność głoski „w” można uzyskać wykorzystując jeden ze sposobów metody substytucyjnej, przekształcając głoskę „ł” w „w”, tj. w trakcie wymawiania „ł” logopeda przyciska palcem dolną wargę pacjenta, doprowadzając tym samym do jej kontaktu z krawędzią zębów.

III etap - ćwiczenia utrwalające (głoski: t - d, f - w)

1. Logopeda wymawia wielokrotnie głoskę, której uczeń nie identyfikuje, a następnie tę, z którą ją utożsamia np.:
 - o d, d, d, d, d, d, d, d, d, d, d - t, t, t, t, t, t, t, t, t, t,
 - o w, w, w, w, w, w, w, w, w, w - f, f, f, f, f, f, f, f, f, f, itd.
2. Logopeda powtarza poprzednie ćwiczenie wprowadzając dodatkową kontrolę, np. w czasie wymawiania głosek dźwięcznych przykładą wierzch dłoni dziecka do swojej krtani.
3. Logopeda wymawia ćwiczone głoski w różnej kolejności, a dziecko wskazuje na krtani słysząc głoskę dźwięczną, np.:

- o *t, d, t, t, d, d, t, d, d, d, t, d, t, t, t, d, t;*
 - o *w, f, w, f, w, w, w, f, w, f, f, itd.*
4. Dziecko wymawia na zmianę głoskę dźwięczną i odpowiadającą jej bezdźwięczną z zakrytymi dłońmi uszami: *t, t, t, d, d, d, t, d, t, d, t, d*, albo: *w, w, w, f, f, f, w, f, w, f ...*
 5. Logopeda wymawia głoski w sylabach, a pacjent wskazuje prostą linię, gdy słyszy spółgłoskę bezdźwięczną i linię falistą, gdy słyszy spółgłoskę dźwięczną: *ta, ta, da, da, ta, da, ta, da, ta, ta, da, da, ta, da, albo wa, wa, fa, fa, wa, fa, wa, fa, wa, fa, itd.*
 6. Pacjent powtarza odczytywane przez logopedę następujące sylaby:
tata dada tada data tatada toto dodo todo doto datada tutu dudu tudu dutu dadata tete dede tede dete tadata tyty dydy tydy dyty datata.
 7. Posłuchaj i powtórz, zgadnij, odpowiedz (utrwalenie głoski „d” i „t” w nagłosie, śródgłosie i wygłosie).
 8. Przeczytaj dowolne opowiadanie, podkreśl w nim wyrazy z „d” lub z „w”.
 9. Pacjent podaje wyrazy zaczynające się od wskazanych sylab, np. od sylaby „ta”, a następnie od sylaby „da”, albo od sylaby wa czy od sylaby fa.
 10. Wyszukiwanie na kartce sylab wymawianych przez logopedę.
 11. Pisanie dyktowanych przez logopedę sylab.
 12. Dobieranie podpisu do wskazanego obrazka.

IV etap - ćwiczenia sprawdzające (głoski: t - d, f - w)

1. Wymień wyrazy rozpoczynające się na głoskę „t” a następnie na „d”, lub analogicznie: na głoskę „w”, a następnie na głoskę „f”.
2. Czytanie wyrazów z wykorzystaniem suwaka logopedycznego.
3. Wstaw brakującą w wyrazie literę.
4. Zabawa „prawda i fałsz”. Logopeda wymawia wyrazy z głoską „t” i „d”; „f” i „w”, jedno poprawnie inne błędnie. Pacjent wskazuje, która wypowiedź jest błędna.
Przykłady:
torba (torba - torpa) albo analogicznie w wyrazach: dym, dom, dynia, tory, drzewo, deszcz, tramwaj, trąba, dam, waga, faga, worek, forek, itd
5. Historyjka obrazkowa. Uporządkuj obrazki w odpowiedniej kolejności zdarzeń.
6. Pisanie z słuchu.
Na dachu jest antena. Na tapczanie leży poduszka. We wtorek padał deszcz. Przed domem rośnie trawka. Na podłodze leży stary dywan.
7. Zagadki:
 - o Jest w morzu i w rzece, w jeziorze i w stawie. Jest także w herbacie, w zupie albo w kawie - **woda**
 - o Zrobimy ją z desek, ucieszy się piesek! - **buda**

opracowanie: mgr Elżbieta Dzięgielewska
