

דף הדרכה בנושא גמגום בגיל הרך

גמגום או חוסר שטף הוא קושי בדיבור הפוגע ביכולתו של הילד לדבר באופן קושי זה מופיע לרוב בגיל 2-4 שנים, אך יכול להופיע גם מאוחר יותר. תדירותו ומאפייניו יכולים להשתנות עם הזמן ובהתאם למצבו הרגשי של הילד.

כ-20% מכלל הילדים בגיל הרך עוברים תקופה כלשהי של גמגום או חוסר שטף בדיבור. ברוב המקרים התופעה חולפת, רק אצל 1% מהילדים הגמגום נשאר. ניתן להביא לדיבור שוטף יותר על ידי יצירת סביבה רגועה ונינוחה עבור הילד.

לפניכם מספר דרכים לעידוד דיבור שוטף:

- ◀ מתן דגם דיבור איטי ורך - האטו את קצב הדיבור שלכם בעת שיחה עם הילד או בסביבתו. דברו בטון רגוע, רך ונעים. המטרה היא עידוד דיבור איטי ורך אצל ילדכם והפחתת הלחץ שנוצר באברי הדיבור בזמן גמגום ודיבור מאומץ.
- ◀ עשו יותר הפסקות בזמן הדיבור ועודדו גם רגעי שקט במהלך השיחה.
- ◀ הקפידו לאפשר לכל אחד מבני המשפחה לסיים את דבריו בטרם תינתן זכות הדיבור למישהו אחר, גם במקרים בהם לוקח לילד זמן רב לסיים את דבריו.



- ◀ נהלו שיחה עם הילד והפחיתו שימוש בשאלות פתוחות הדורשות מלל רב. במקום זאת ניתן להגיב למה שהילד אמר או לספר משהו ולחכות לתגובתו. לדוגמא: במקום לשאול "מה עשית היום בנך?" אפשר לספר "אתה יודע? היום היה לי יום ממש קשה בעבודה" ולהמתין לתגובה. שימו לב, המטרה היא לנהל שיחה זורמת ולא להפחית את המלל בשיחה.
- ◀ רצוי לא להעיר או לבקר את אופן הדיבור של הילד. התייחסו לתוכן דבריו ולא לקושי בדיבור.
- ◀ עודדו שגרה כדרך להפחתת לחצים ביום יום. רצוי להכין את הילד מראש לאירועים מיוחדים ולא שגרתיים.
- ◀ קבעו זמן מיוחד שלכם עם ילדכם שיוקדש לשיחה משותפת, למשחק משותף או לעשייה משותפת (אפיית עוגה למשל). הפנו את מירב תשומת הלב והקשבה לילדכם בזמן הפעילות.
- ◀ עודדו יוזמות של הילד ותנו לו להוביל משחקים ופעילויות שונות בבית, במטרה להגביר את בטחונו העצמי ולהבהיר לו כי הוא חשוב ומשמעותי.
- ◀ הדגישו את תחומי החוזק של ילדכם ועודדו אותו.
- ◀ רצוי לא להשלים את דבריו של הילד ולא לתת עצות לדיבור שוטף כגון: "קח אויר" או "חשוב קודם על מה שאתה רוצה להגיד". יש לתת לילד לסיים את דבריו ולהראות הקשבה בזמן השיחה עמו.
- ◀ עודדו שירים ודקלומים בהם קל יותר לילד לשמור על דיבור שוטף.
- ◀ ככל שאלה אפשר לשוב ולהתייעץ עם קלינאית התקשורת.
- ◀ חומר נוסף ניתן למצוא באתר "אמבי" www.ambi.org.il

