

Këshilla për të folur me fëmijën tuaj

1. Flisni me fëmijën tuaj pa u nxituar dhe duke pauzuar shpesh. Prisni disa sekonda pasi të përfundoj të folurit fëmija juaj, para se të filloni të flisni. Të folurit tuaj të ngadalshëm dhe të relaksuar do të jetë shumë më efektiv se çdo kritikë ose këshillë si “më ngadalë” ose “provoni përsëri ngadalë”.

2. Redukoni numrin e pyetjeve për fëmijën tuaj. Në vend se të bëni pyetje, thjesht komentoni atë se çfarë thotë fëmija, kështu duke i bërë të qartë atij se e keni dëgjuar atë. Fëmijët flasin më lirshëm nëse ata i shprehin idetë e tyre sesa kur përgjigjen në pyetjet e të rriturve.

3. Përdorni të shprehurit me fytyrë dhe me gjuhë të trupit për të përcjellur te fëmija juaj se jeni duke e dëgjuar përmbytjen e mesazhit të tyre dhe jo mënyrën se si po flet.

4. Ndani disa minuta çdo ditë në një kohë të caktuar kur mund t’i kushtoni vëmendjen e pandërprerë fëmijës tuaj. Kur flisni gjatë kësaj kohe speciale, përdorni të folurit e ngadalshëm, të qetë dhe të relaksuar, me shumë pauza. Kjo kohë e qetë ndihmon në forcimin e vetëbesimit të fëmijës së vogël, duke i lënë për të kuptuar se ju kënaqeni në shoqërinë e tij.

5. Ndhmoni të gjithë anëtarët e familjes të mësohen për të folur dhe për të dëgjuar me rradhë. Fëmijët, posaqërisht ata që belbëzojnë, e kanë shumë më të lehtë të flasin kur ka më pak ndërprerje dhe e kanë vëmendjen e dëgjuesit.

6. Vëzhgoni mënyrën si bashkëveproni me fëmijën tuaj. Provoni të rrisni sasinë e kohës gjatë të cilës fëmija juaj e merr mesazhin se ju jeni duke e dëgjuar dhe ai ka kohë të mjaftueshme për të folur. Provoni t’i zvogloni kritikën, mostrën e të folurit të shpejtë, ndërprerjet dhe pyetjet.

7. Mbi të gjitha, pranoni fëmijën tuaj ashtu siç është. Forca më e fuqishme do të jetë mbështetja juaj për fëmijën tuaj, pa marrë parasysh a belbëzon apo jo.



Disa faktorë mund të tregojnë se fëmija juaj ka më shumë rrezik për të belbëzuar. Duke i ditur këta faktorë, do t’ju ndihmojnë për të vendosur se a duhet apo jo ta dërgoni fëmijën tuaj te logopedi për vizitë. Shikoni diagramin më poshtë.



Diagrami i faktorëve të rrezikut

Faktori i rrezikut	Me gjasë në fillimin e belbëzimit	E vërtetë për fëmijën tim
Historia familjare e belbëzimit	Prindi, binjaku ose ndonjë anëtar i familjes që ende belbëzon	
Mosha e fillimit	Pas moshës 3,5 vjeq	
Koha nga fillimi	Belbëzon 6-12 muaj apo më shumë	
Gjinia	Mashkull	
Shqetësimet tjera lidhur me të folurit	Gabimet në tingujt e të folurit, vështirë kuptohet, vështirë i përcjell rregullat	

Nëse mendoni se fëmija juaj është duke belbëzuar...



Shoqata Kosovare për Belbëzim

www.belbezimi.org



Shoqata Kosovare për Belbëzim

www.belbezimi.org



A është belbëzim?

Kur fëmija juaj ka vështirësi për të folur dhe tenton të hezitoj ose të përsërit rrokje, fjalë ose fraza, ai mund të ketë problem me belbëzim. Ose ai thjeshtë është duke kaluar nëpër një periudhë të jorrijedhshmërisë normale, nëpër të cilën kalojnë shumica e fëmijëve derisa mësojnë të flasin. Kjo fletushkë do t'ju ndihmoj për të kuptuar dallimin mes belbëzimit dhe zhvillimit normal të gjuhës.



Fëmija me jorrijedhshmëri normale

1. Fëmija me jorrijedhshmëri normale herë pas here përsërit rrokjet ose fjalët njëherë ose dy herë, si-si-sikurse kjo.
2. Jorrijedhshmëritë më së shumti ndodhin mes moshë një e gjysmë dhe pesë vjet, dhe ato mund të paraqiten dhe të zhduken.

Ato zakonisht janë shenja se një fëmijë është duke u mësuar për të përdorur gjuhën e tij në një mënyrë tjetër. Nëse jorrijedhshmëria zhduket për disa javë, dhe prapë paraqitet, fëmija mund të jetë duke kaluar nëpër një fazë tjetër të të mësuarit.

Fëmija me belbëzim të lehtë

1. Një fëmijë me belbëzim të lehtë i përsërit tingujt më shumë se dy herë, si-si-si-sikurse kjo. Tensioni dhe mundimi mund të dallohet në muskujt e fytyrës, posaqërisht përreth gojës.
2. Lartësia e zërit mund të rritet me përsëritjet, dhe me raste mund të ketë edhe “bllokime” – ku për disa sekonda nuk ka rrjedhje të ajrit ose zë.
3. Jorrijedhshmëritë mund të paraqiten dhe të zhduken, por tani ato janë më shumë të pranishme se sa që mungojnë.
4. Përsëritjet ose zgjatjet e tingujve pa mundim janë forma më e shëndetshme e belbëzimit. Çdo gjë që ndihmon që fëmija juaj të belbëzoj në këtë mënyrë, në vend se të belbëzoj duke u tensionuar ose zëvendësuar fjalët është e dobishme.

Si mund të ndihmojmë tani

- Provoni të modeloni një të folur të ngadalshëm dhe të relaksuar kur flisni me fëmijën tuaj, dhe kurajoni anëtarët tjerë të familjes për të folur në mënyrë të njëjtë. Mos flisni shumë ngadalë që të duket e panatyrshme, por mos u nxitoni dhe përdorni shumë pauza gjatë të folurit.
- Të folurit e ngadalshëm dhe të relaksuar mund të ketë shumë efekt nëse kombinohet me një kohë të caktuar për çdo ditë kur fëmija e ka vëmendjen e pandërprerë të njërit prind. Ndani disa minuta në një kohë të caktuar, kur ju nuk bëni asgjë tjetër, por të dëgjoni fëmijën tuaj duke folur për çfarë të ketë dëshirë ai.
- Kur fëmija juaj ju flet ose ju pyet, provoni të **pauzoni** për një sekondë para se të përgjigjeni. Kjo ndihmon që të folurit të jetë më pak i nxituar dhe më shumë i relaksuar.

- Provoni që të mos shqetësoheni ose brengoseni kur të rritet belbëzimi. Fëmija juaj është duke e bërë më të mirën gjatë përballjes me mësimin e shumë aftësive të reja në të njëjtën kohë. Durimi dhe qëndrimi pranues i juaj do t'ju ndihmoj atij.
- Kur fëmija juaj është i frustruar ose i shqetësuar kur belbëzimi është më i rëndë, qetësoni atë. Disa fëmijë reagojnë pozitivisht kur dëgjojnë, “E di që është vështirë nganjëherë për të folur...por shumë njerëz bllokohen nganjëherë në fjalë...është në rregull.” Fëmijët tjerë mund qetësohen më lehtë duke i përqaftuar kur ata ndjehen të frustruar.

Fëmija me belbëzim më të rëndë

1. Nëse fëmija juaj belbëzon në më shumë se 10% të të folurit të tij, belbëzon me një përpjekje të konsiderueshme dhe tension, ose e shmang belbëzimin duke zëvendësuar fjalët dhe duke përdorur tinguj shtesë për të filluar fjalën, ai mund të përfitoj prej terapisë te ndonjë logoped i specializur për belbëzim. Tani bllokimi i tërësishëm i të folurit është më i zakonshëm se përsëritjet ose zgjatjet e tingujve, dhe jorrijedhshmëria tenton të jetë e pranishme në shumicën e situatave folëse.
2. Sugjerimet për prindërit e fëmijëve me belbëzim të lehtë janë të përshtatshme edhe kur fëmija ka problem më të rëndë. Provoni të mbani mend se duke e ngadalësuar dhe relaksuar **stilin tuaj të të folurit** është shumë më e dobishme se nëse i thoni fëmijës tuaj të ngadalësoj.
3. Mos u frikësoni të bisedoni me fëmijën tuaj lidhur me belbëzimin. Tregoni durim dhe qëndrim pranues gjatë diskutimit për të. Mposhtja e belbëzimit më shumë ka të bëjë me largimin e frikës nga belbëzimi se sa duke provuar të flasim me forcë.