



**Szkoła Podstawowa nr 42 z Oddziałami Integracyjnymi  
im. Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego**

ul. Balkonowa 4, 03 – 329 Warszawa  
telefon 22 811 58 43; 22 675 83 44; 22 675 83 48  
email sekretariat.sp42@eduwarszawa.pl  
strona internetowa www.sp42targowek.eduwarszawa.pl

---

## *O istocie domowych ćwiczeń logopedycznych*

Fakt, iż ćwiczenia logopedyczne należy wykonywać codziennie niby nikogo nie powinien dziwić ani być żadną nowością. A jednak. A jednak myślę, że wcale nie jest taką oczywistością i opinię tę podzieli wielu logopedów. Chcę uświadomić ważną rzecz:

Ćwiczenia logopedyczne to nie praca domowa

Terapia logopedyczna to nie lekcja

Domowe ćwiczenia logopedyczne to codzienne wdrażanie i utrwalanie nowych procesów, czy to dotyczących pracy narządów mowy, czy to realizacji głosek, funkcji słuchowych, funkcji prymarnych itd. Zatem nazwijmy to „odrobienie” ćwiczeń dzień przed spotkaniem lub w czasie drogi do terapeuty, nie jest żadnym ćwiczeniem. Może być to trudne stwierdzenie do przyjęcia, ale taki jest fakt. I nie wymagajmy wówczas oczekiwanych przez nas efektów.

W logopedycznych ćwiczeniach domowych chodzi o to, by było maksimum w minimum. W obecnych czasach większość ludzi oczekuje maksymalnie dużego efektu w krótkim czasie działania. W przypadku terapii jest to istotnie trudne. Mimo tego małe efekty w krótkich odcinkach czasu są możliwe, bo terapia to zazwyczaj metoda małych kroków. Bywa owszem, że następują spektakularne efekty po krótkim czasie, ale pod warunkiem właśnie ćwiczeń. Sprawdza się tutaj zasada, nazwijmy ją 3S:

- **systematycznie** (czytaj) codziennie
- **stale** (ta sama pora dnia, jeśli to możliwe, aby stało się to pewnego rodzaju rytuałem)
- **solidnie**

Ta wydawałoby się prosta zasada jest gwarantem sukcesu w małych krokach, które składają się na całość, w możliwość poprowadzenia skutecznej terapii oczywiście w odniesieniu do indywidualnych możliwości pacjenta.

Każdy Rodzic, każdy dorosły pacjent powinien mieć świadomość, że skuteczna terapia to praca w domu. Nie ma od tej zasady odstępstwa i powinno to wybrzmieć u każdego terapeuty. Drodzy Państwo nie da się od tego uciec, mimo całkowitego zrozumienia dla ogromnej ilości spraw i obowiązków domowych. I ten jeden jeszcze musimy zmieścić w naszej dobie. To w końcu nasze dzieci i nasza kwestia, aby ich rozwój przebiegał możliwie najlepiej. Między bajki włożyć tak często słyszane powiedzenie: „On/Ona chodzi do logopedy”. To niestety nie spacer i od samego chodzenia niewiele tutaj się zmieni. Prosty przykład. Idziemy do siłowni. Czy od stania w drzwiach sali treningowej poprawi się nasza sylwetka? Odpowiedź jest chyba oczywista.

A język? Język to także mięsień. Czy od bycia w gabinecie logopedy i ćwiczeń z nim tylko raz w tygodniu, a bywa, że zaledwie raz w miesiącu, sytuacja się poprawi? Odpowiem:

**NIE**  
**MAŁO**  
**NIEWIELE**

To chyba nikogo nie satysfakcjonuje.

Z perspektywy prawie 20 lat nieprzerwanej praktyki zapewniam, że „to” - domowe ćwiczenia logopedyczne – działa. A na pewno wzruszająca i bezcenna jest radość i satysfakcja dziecka.

To jest Jego sukces.

Pamiętajmy, jeszcze o jednej kwestii, że zaniedbane, nieleczone kwestie „logopedyczne” znacząco wpływają w danym momencie na funkcjonowanie dziecka (trudności z pamięcią, koncentracją, słuchem, pisaniem, czytaniem, mową, rozumieniem, relacjami społecznymi, postrzeganiem świata, nabywaniem wiedzy), ale też w przyszłości w dorosłym życiu staną się poważnymi barierami w samodzielnym funkcjonowaniu (wyborze zawodu, samoocenie, realizacji życiowych planów, relacjach towarzyskich, partnerskich i rodzinnych).

Zatem Szanowni Państwo dajmy szansę naszym dzieciom na lepszy start w życie i aktywnie wspierajmy je w terapii, bo jest to naprawdę trudna i wymagająca praca.

Z wyrazami szacunku i pozdrowieniami

Neurologopeda

Dominika Omelańczuk