

ЗАИКАНИЕ

Почему дети начинают заикаться? Именно дети, потому что в подавляющем большинстве случаев заикание начинается в возрасте от 2 до 6-7 лет.

Наиболее распространено мнение, что заикание это невроз. Его даже часто называют логоневрозом. Основным фактором, вызывающим его, наиболее часто считают испуг. И действительно, родители заикающихся сообщают, что запинки возникли непосредственно после испуга.

Да, испуг, несомненно, часто присутствует в возникновении заикания. Но... Сколько детей пугается чего-нибудь, да еще как, а заикаются далеко не все. Так что для того, чтобы появилось заикание, одного испуга недостаточно. Нужно, чтобы у ребенка были какие-то особенности нервной системы, создающее предрасположенность к заиканию.

Что такое заикание?

Заикание – это нарушение плавности и ритма речи. При заикании органы артикуляции движутся со сбоями, дыхание становится коротким, напряженным, сбитым, голос также напряжен, отсутствует согласованность в работе артикуляции, дыхания и голоса.

У одних детей запинки в большей степени сосредоточены в губах, у других в голосовом аппарате, гортани, у третьих в дыхательном отделе. У части детей запинки охватывают все эти отделы приблизительно в одинаковой степени.

Сами запинки, которые иногда называются судорогами, бывают двух видов тоническими и клоническими.

Тонические запинки проявляются в длительном напряжении мышц на каком либо звуке или слоге. Речи в это время нет, но мимика напряженная (наприм. П...папа). Так же ребенок может напряженно протягивать гласные звуки или добавлять гласный в начале слова (наприм. Ааа...ня, ааа...кошка).

Клонические запинки проявляются в многократном повторении какого-либо звука или слога, чаще проявляются в начале слова (наприм. П-п-п-папа, па-па-па-папа).

Различным может быть и начало заикания. В одних случаях запинки проявляются сразу, как гром среди ясного неба. В других – заикание развивается постепенно. Сначала ребенок останавливается, «спотыкается», протягивает гласные, как будто случайно. Родители должны обратить внимание и запомнить, как началось заикание. Даже при малейших сомнениях (заикание ли это) необходимо обратиться к специалистам.

Кто лечит заикание?

Врач-психоневролог – назначает необходимые лекарства, исходя из состояния нервной системы.

Врач-психотерапевт – использует разные виды психотерапии, включая гипноз, аутотренинг, и другие приемы воздействия.

Иглотерапевт – воздействует на специальные точки(нервные узлы), снимает нервное напряжение.

Психолог – изучет личность заикающегося, выявляет слабые стороны его характера и помогает ему их исправить. Учит общаться в различных жизненных ситуациях, помогает выразить себя эмоционально, творчески.

Логопед – его работа наиболее прямо, прицельно связана с речью. Учит правильно дышать во время речи, пользоваться голосом, легко артикулировать, говорить плавно и ритмично. Распространено мнение, что у заикающихся есть особенно трудные звуки, что они больше заикаются, например, на звуке «п», чем на «с». Но это не верно. Трудны не сами звуки. Заикающихся приводит ожидание неудачи при произнесении какого-либо звука, что и приводит к появлению запинок. Поэтому задача логопеда – не исправлять произношение этих звуков, а доказать, что произносить их так же легко, как и все другие.

Инструктор по лечебной физкультуре (ЛФК) – заботится об оздоровлении ребенка: закаливание, массаж, физкультура. Это, во-первых, укрепляет организм, во-вторых, способствует выработке у ребенка необходимой координации и способности двигаться ритмично.

К сожалению, далеко не всегда удастся организовать весь комплекс лечебных мероприятий, необходимых при заикании, однако стремиться к этому необходимо.

Следует подчеркнуть, что хотя каждый специалист вносит очень важную лепту в лечение заикания, ни один из них не сможет устранить его самостоятельно. Поэтому врачи, психологи или логопеды, которые гарантируют, что вылечат заикание, работая в одиночку, как правило не выполняют своих обещаний. К сожалению, даже комплексный метод не всегда приводит к 100% излечению. Таково положение дел с заиканием не только в нашей стране, но и вообще в мире. Заикание – рецидивирующее заболевания. Оно может сопровождаться обострениями и внезапными возвратами после казалось бы полного излечения.

На речь заикающегося влияет все: и психологическое и физическое состояние организма. Не только заболевания или слабость центральной нервной системы являются врагами заикающегося, но и практически любые болезни. Они ослабляют организм и могут «сбивать» речевые зоны мозга с режима работы. Так что здоровьем заикающегося надо заниматься со всех сторон. Заикание – это серьезное нарушение речи к нему нельзя относиться легкомысленно.

Между тем бытует и такой взгляд: «Ничего, с возрастом все пройдет. Сам поймет, что надо медленно говорить, и перестанет заикаться». Иногда врачи, что еще более непростительно, а также логопеды говорят родителям двухлетнего малыша: «Он еще мал, приходите, когда ему будет пять лет». Это грубая ошибка. При заикании лечение нужно начинать немедленно.

Как лечить, как учить – дело специалистов. Но от родителей зависит многое. *Совместные усилия специалистов и родителей обязательно помогут справиться с проблемой выработки у ребенка плавной, красивой речи.*

Что делать если ребенок заикается? (памятка для родителей)

1. Создать дома максимально комфортную обстановку. В присутствии заикающегося ребенка вести себя спокойно, не высказывать беспокойства по поводу особенностей его речи, не обсуждать при нем с кем-либо улучшение или ухудшение в речи. Разговаривать тихо, но выразительно, т.е. выделяя важные в смысловом отношении места и выдерживая паузы.
2. Читать ребенку книги выдерживая ритм.
3. Дать ребенку возможность слушать ритмичную, легкую, не возбуждающую музыку, а перед сном красивую колыбельную.
4. Никогда нельзя говорить ребенку: «Ты сказал плохо, повтори еще раз». В этом случае, когда затруднения в речи выражены в сильной степени, следует либо отвлечь ребенка от речи, переключив его внимание на что-нибудь другое, либо, догадавшись что он хочет сказать, постараться сделать это вместе с ним, либо договорить за него, сформулировав свою речь в виде вопроса, например: «Ты хочешь спросить, скоро ли мы пойдем гулять?».
5. Никогда не говорить ребенку: «Вдохи или набери побольше воздуха и скажи». Эта инструкция провоцирует напряжение речевых мышц или увеличивает его еще больше. Кроме того, она акцентирует внимание ребенка на акте дыхания, делая его осознанным, произвольным, в то время как оно носит сугубо непроизвольный, рефлексорный характер.
6. Нужно внимательно следить за тем, не появляются или не усиливаются у ребенка в момент речи навязчивые движения (хлопанье рукой по телу, топание ножкой, хлюпанье носом, причмокивание и т.п.). Если вы их заметили, постарайтесь применить отвлекающий маневр и найти время и возможность обеспечить ребенку физическую нагрузку, как то: ходьба, бег, плавание, велосипед, лыжи, ритмическая гимнастика. Обязательно выполнять условие, ребенок должен во время физической нагрузки устать до такой степени, чтобы почувствовать мышечное расслабление, двигаться до усталости, но не до изнеможения.
7. В том случае, если речь резко ухудшилась, постарайтесь занять ребенка теми видами деятельности или игры, которые не требуют речи и одновременно, постарайтесь обратиться к специалистам (врачу, психологу, логопеду).

ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАИКАЕТСЯ...

Во всем мире **заикается** примерно каждый сотый взрослый и каждый пятидесятый ребенок. Вы должны помочь своему ребенку преодолеть этот недуг, чтобы он не остался в беде одиноким. Что же мы знаем о заикании?

Прежде всего — это, расстройство, которое проявляется в виде различных запинок речи (остановок, повторения слов и слогов).

Их количество может быть различным у заикающихся, и в некоторых случаях у одного и того же человека оно зависит от конкретной обстановки. Самостоятельные попытки преодолеть этот недуг обычно не приносят ощутимых результатов.

Заикание возникает под действием определенных условий, например, тяжелого заболевания, сильного испуга, родовой травмы.

Предрасположенность к заиканию может носить семейный характер и наблюдается примерно у каждого четвертого заикающегося ребенка. Мальчики заикаются в 3 раза чаще девочек.

Заикание, ускоренный темп речи с нечетким проговариванием слов относят к болезням развития, так как они возникают в период развития или освоения речи. В девяти десятых случаев заикание возникает в возрасте до 10 лет. Это тот период жизни, когда ребенок с наибольшей легкостью усваивает любой язык.

Заикание достаточно часто зависит от волнения ребенка, которое приводит к увеличению количества запинок, что, в свою очередь, усиливает волнение. Таким образом, спокойная обстановка, размеренная речь могут способствовать устранению или уменьшению приступа заикания.

Если заикание не лечить, оно может приобрести хронический характер. К сожалению, многие родители обращаются за помощью к малоквалифицированным или вовсе не имеющим специальной подготовки людям, усвоившим только несколько простых приемов.

Лечение этого заболевания проводится комплексно, кропотливо и длительно. И чем старше ребенок, тем его лечение требует большей активности, самостоятельности.

Родители должны принимать непосредственное участие в исправлении речи своего ребенка. Им отводится особая, чрезвычайно ответственная и незаменимая роль.

ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ

Родители могут не только помочь специалистам в исправлении заикания, но иногда, в легких случаях, справиться с этим недугом самостоятельно.

Если заикание только что появилось у вашего ребенка, необходимо обратиться к логопеду, невропатологу и психиатру в медучреждение по месту жительства. Одновременно желательно создать ребенку наиболее щадящий режим:

1. Ограничить до минимума речевое общение, вплоть до перехода на некоторое время на объяснение с помощью жестов и рисунков, превратив такое общение в увлекательную игру.
2. Исключить чрезмерные эмоциональные нагрузки.
3. После 2–3 дней молчания можно осторожно перейти к использованию некоторой речи. Старайтесь представить это как своеобразную игру. Пусть это будет разговор с заболевшей куклой, которую громкая речь может напугать.
4. На 6–7 день после появления заикания следует начать петь с ребенком. Пение помогает организовать правильное речевое дыхание без специальных упражнений и сознательного участия ребенка.
5. Переход к привычной речевой активности должен осуществляться постепенно. В это время родители должны особенно тщательно следить за своей речью, не допуская торопливости. Желательно, чтобы обращение к ребенку было коротким, а произношение четким.
6. Ни в коем случае нельзя торопить ребенка во время разговора или проявлять любые формы недоброжелательности. Желание ребенка является важным условием исправления речи. Активная работа над собой — залог успеха плавной речи.

ПАМЯТКА ДЛЯ ЗАИКАЮЩИХСЯ

1. Сначала подумай, потом скажи.
2. Вдохни, затем начинай говорить.
3. Говори медленно, спокойно, плавно, ритмично, слитно.
4. Говори смело!
5. Если затрудняешься сказать, сосчитай в уме до 5, а затем начинай говорить, соблюдая правила.
6. В свободное время напевай песенки.
7. Поменьше смотри телевизор: переутомление очень вредно для нервной системы.
8. Говори короткими фразами.
9. Декламируй стихи.
10. Никогда не начинай говорить сразу после бега; отдышись, потом говори.
11. Вдохни и на одном выдохе считай до 5, 10, 12, называй дни недели, месяцы, годы.

12. Разговаривая, помогай себе движением пальцев руки.
13. Играй почаще в мяч, одновременно вслух считай удары.
14. Слушай спокойную музыку.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ

Как помочь своему ребенку?

Ответ может показаться странным, но прежде всего необходимо помочь самому себе. Да, так как в общении с вами ребенок учится владеть собой, формирует отношение к себе.

Первое правило заключается в том, чтобы признать себя, принять себя таким, какой есть. Только в этом случае ваше влияние на ребенка будет благоприятным.

Второе правило заключается в том, чтобы увидеть и услышать своего ребенка, по возможности отрешившись от привычных стереотипов, схем и страстного желания сделать его немедленно самым совершенным ребенком в мире.

Важным и сильным средством самоуправления, а также воздействия на речь является аутогенная тренировка.

Лучше тренировку проводить с постепенным переходом в состояние естественного сна. Помещение должно быть проветренным, одежда свободной и достаточно теплой. Сеанс проводится в положении лежа на спине, руки вдоль туловища ладонями вниз. Глаза закрыты, свет в помещении погашен либо приглушен. Далее произносятся молча (про себя) сами команды, приказы, в спокойной, но повелительной интонации:

- с каждым днем, с каждым занятием моя речь становится все лучше и лучше, я говорю плавно и красиво;
- я говорю плавно и красиво, волнения при речи больше не будет;
- всегда и везде моя речь будет плавной и красивой;
- мне нравится говорить ровно и ритмично;
- мне нравится говорить хорошо;
- я совершенно спокоен (спокойна), когда говорю;
- я спокоен, совершенно спокоен и уверен в своей речи.

Необходимо помнить, что ни один из перечисленных в этой памятке приемов сам по себе, в отдельности, не может дать устойчивых и окончательных результатов. Только длительная и кропотливая работа, ответственное отношение к своей речи приведут к положительным результатам.

Желаем вам сохранить и приумножить успехи в навыках правильной речи. Умение пользоваться речевыми правилами сделают стеснительного смелым, грубого нежным, несобранного организованным.

