

Как родители могут помочь своему ребенку преодолеть заикание

Заикание известно человеку, по-видимому, так же давно, как давно существует человеческая речь. Заикание относится к одному из самых распространённых расстройств речи. Обычно оно возникает в раннем детстве и при отсутствии необходимой помощи может сохраняться долгие годы. Заикание проявляется в нарушении ритма и плавности речи, которые возникают из-за различного рода прерывания, продлевания или повторения отдельных звуков и слогов. Такие задержки и повторения при произнесении слов возникают вследствие судорог мышц речевого аппарата, сопровождаются нарушением дыхания, изменениями в просодике высказывания: высоте и силе звука, темпе речи. Помимо этого, отмечаются приспособительные изменения позы, мимики, артикуляции.

Течение заикания бывает постоянным или волнообразным, но чаще всего запинки появляются в наиболее ответственных, «трудных» ситуациях. Это, как правило, официальная обстановка, необходимость выступить перед аудиторией, ответить на уроке, экзамене, поговорить по телефону, ответить на неожиданный вопрос незнакомого человека или задать ему вопрос и многое другое.

Заикание в целом и его отдельные признаки отличаются непостоянством: они то усиливаются, то ослабевают на несколько дней, недель и даже месяцев.

Наиболее часто заикание возникает у детей в возрасте от 2 до 5 лет и совпадает с периодом активного развития фразовой речи. Речь в этот период является наиболее уязвимой и ранимой областью высшей нервной деятельности ребёнка. Нарушения в функционировании нервной системы маленького ребёнка могут вызвать «срыв» речи – заикание. Возникший недостаток речи при неблагоприятном течении фиксируется по механизму условно-рефлекторной связи.

Во всём мире заикаются 1% взрослых и 2-3% детей. У мальчиков заикание встречается чаще, чем у девочек, примерно в 3-4 раза.

Эффективность логопедических занятий с заикающимися детьми во многом определяется совместной работой медико-психолого-педагогического коллектива детского образовательного учреждения и родителей. Создание эмоционально-положительного контакта с логопедом, последовательное включение родителей в коррекционный процесс, развитие их умений самостоятельно использовать приёмы формирования плавности речи - основные компоненты работы.

Что же необходимо знать родителям заикающегося ребёнка? Родители должны понимать, что несмотря на различия в психолого-педагогических характеристиках заикающихся детей, существуют единые требования по организации их воспитания в домашних условиях.

Памятка родителям заикающихся детей

Правильная организация общего и речевого режима ребёнка дома – важнейшее условие преодоления заикания.

Рекомендации:

- 1) Необходимо нормализовать взаимоотношения семьи и заикающегося ребёнка, это достигается:
 - общей спокойной, доброжелательной обстановкой;
 - отсутствием выяснений отношений между взрослыми, «взрослых» разговоров; ссор при ребёнке;
 - последовательностью требований взрослых к ребёнку;
 - учётом страхов ребёнка, его тревог.

Заикающийся ребёнок не должен чувствовать себя ни ущербным, ни привилегированным. Родителям, в свою очередь, не нужно показывать своего волнения ребёнку, если он говорит с запинками, и стараться не произносить при ребёнке слово заикание.

- 2) Необходимо правильно организовать домашний режим, для этого нужно:
 - выделить специальное время на выполнение заданий логопеда;

- строго придерживаться рекомендаций детского врача, касающихся правильного питания и его регулярности, организации дневного и ночного сна;
- ежедневно гулять с ребёнком;
- ежедневно делать физическую зарядку;
- избегать перегрузки ребёнка впечатлениями от зрелищных мероприятий (избегать положительных и отрицательных эмоций);
- ограничить занятия такими видами спорта, которые связаны с большим физическим напряжением и носят соревновательный характер.

3) Необходимо организовать специальный речевой режим, соблюдая следующие условия:

- спокойная, неторопливая, выразительная речь родителей;
- обязательное дослушивание речи ребёнка до конца (при возникновении запинок);
- совместное произношение слов и фраз, отражённое произношение;
- выполнение движений с проговариванием слов, фраз (с мячом, прыжки и т.п.), оречевление движений в процессе выполнения какой-либо деятельности (например, при изодейтельности);
- как можно чаще заниматься пением;
- читать любой ритмизированный текст (стихотворения, считалки);
- выполнять дыхательные упражнения, которые ребёнок отрабатывает с логопедом (надуть шарик, дуть на воду, движущиеся предметы и т.п.);
- создание щадящего речевого режима в течение недели (особенно в период обострения);
- усвоение детьми речевых правил, которые также должны выполнять и взрослые.

Пятнадцать основных правил красивой речи

Правило 1. При разговоре придай телу удобную и свободную позу (мышцы шеи и плеч не напряжены, плечи отведены назад и располагаются на одном уровне).

Правило 2. Во время речи держись естественно, смотри на собеседника.

Правило 3. Прежде чем начать говорить, подумай о том, что хочешь сказать.

Правило 4. Перед началом речи сделай вдох (при вдохе не поднимай плечи) и сразу начинай говорить на плавном выдохе, не торопясь, слитно.

Правило 5. Произноси гласные протяжно, чётко артикулируй их, делай на них головную опору.

Правило 6. Согласные произноси легко, свободно, не напрягаясь.

Правило 7. В каждом слове обязательно выделяй ударный гласный звук, произноси его громче и протяжнее остальных гласных.

Правило 8. Первое слово во фразе говори тихо, низким голосом, немного медленнее обычного.

Правило 9. Длинные предложения дели на смысловые отрезки. Все слова внутри отрезка и короткие предложения произноси слитно, как одно длинное слово.

Правило 10. Чётко выдерживай паузу в конце предложения и между его смысловыми отрезками.

Правило 11. Говори громко, чётко, выразительно. Избегай монотонности.

Правило 12. Выдерживай ровный, умеренный темп и ритм речи. Говори уверенно и спокойно.

Правило 13. При неудачах остановись, успокойся и продолжай говорить медленно, пока не почувствуешь уверенность в речи.

Правило 14. Постоянно контролируй себя: не делай лишних движений руками, ногами, головой, туловищем.

Правило 15. Не преодолевай напряжение дополнительным напряжением. При возникновении запинки не нужно ещё больше напрягать мускулатуру, так как это ведёт к увеличению длительности запинки и затрудняет процесс дальнейшего произношения.

Эти правила не сложны по формулировкам, но соблюдать их детям трудно. Для лучшего запоминания эти правила рекомендуется переписать на лист бумаги, повесить на видное место и выучить.

Некоторые нюансы воспитания заикающегося ребёнка дома

- Неправильная организация отдыха детей может повлечь за собой усиление заикания. Смена климатической зоны, отдых с эмоциональным перенапряжением, долгая разлука с родителями (особенно с матерью) нежелательны.

- С началом логопедических занятий (в подготовительный период) основную роль играет режим ограничения речи. В это время нужно ограничить не только собственную речь ребёнка, но и обращённую к нему речь. Но ребёнок ни в коем случае не должен почувствовать себя в изоляции.

- Велико коррекционное воздействие музыки. Организуйте совместное с ребёнком прослушивание дома записи музыкальных произведений, спокойной, мелодичной, приятной музыки. Совместно с ребёнком пойте знакомые песни с плавной мелодией и доступным текстом. Сделайте свою речь более напевной, некоторые обращения к ребёнку пропевайте, побуждая его делать то же самое и превращая это в игру.

- При речевом общении с ребёнком стройте диалог с ним так, чтобы он мог ограничиваться односложными ответами, используя при необходимости сопряжено-отражённые формы речи.

- Организовывать прогулки с ребёнком лучше в спокойном месте (например, в лесопарковой зоне).

- Для развития мелкой моторики рук родителям рекомендуется овладеть массажем предплечий и кистей рук у детей, комплексом пассивной и активной гимнастики, завершающейся упражнениями на синхронизацию движений пальцев и речи.

- Заикание не может быть устранено сразу. Продолжительность лечения бывает разная и зависит от формы заикания, запущенности и сопутствующих невротических симптомов. Часто заикание протекает волнообразно, то усиливаясь, то уменьшаясь. Обычно в начале логопедических занятий речь быстро улучшается, но достаточно небольшого травмирующего фактора и заикание может усилиться. Эти колебания в речи проявляются всё меньше и реже при выполнении всех указаний логопеда и врача. Поэтому родителям не следует приходить в отчаяние при возможном временном ухудшении. Но не следует также успокаиваться и бросать речевые занятия, если у ребёнка наблюдаются значительное улучшение речи.

- Регулярный сон, еда, отдых должны проводиться в определённые часы.

- Шумные и подвижные игры нужно свести к минимуму. Не следует перегружать детей обилием зрелищ (кино, театр, телевизор и пр.). Просмотр телепередач и мультфильмов (особенно страшных или с наличием агрессии) нужно ограничить или вовсе исключить.

- Дети очень чувствительны к различным огорчениям, обидам, что часто и служит причиной ухудшения состояния заикающихся детей. Дети чутко реагируют на неполадки в семье, которые связаны с плохими взаимоотношениями родных. Всё это мешает улучшению речи, а подчас и значительно ухудшает её. К заикающимся детям нужно относиться ровно и внимательно.

- При любых возникающих трудностях, вопросах, сомнениях родителям следует обращаться к логопеду, который занимается с их ребёнком.

Только активное участие родителей в коррекционном процессе, соблюдение норм и правил поведения с заикающимся ребёнком в домашних условиях позволят достичь большей положительной динамики в нормализации его речи.

Консультацию подготовила
учитель-логопед
Иванова Т. И.