



Профилактика заикания у малышей

С чего же начинается заикание?

Как проявляется?

Какими обладает факторами риска, и как его следует предупреждать?

Заикание - это нарушение темпа, ритма и плавности речи, **вызываемое судорогами** в различных частях речевого аппарата. При заикании в речи ребенка возникают вынужденные остановки или повторения отдельных звуков и слогов. Заикание чаще всего возникает у детей в возрасте **от двух до пяти лет**.

Первые признаки заикания:

- Ребенок внезапно замолкает, отказывается говорить. Такое состояние может длиться от двух часов до суток, после чего малыш снова начинает говорить, но уже, заикаясь.
- Ребенок начинает вставлять перед некоторыми словами лишние звуки (а, и).
- Ребенок повторяет первые слоги или целые слова в начале фразы.
- Ребенок вдруг вынужденно останавливается в середине слова, фразы.
- У ребенка вызывает затруднение (ступор) начало речи.

Речь родителей должна быть:

- **Плавной, медленной, эмоционально-выразительной**. Не спешите и не повышайте голоса при общении с ребенком.
- **Не используйте в речи звукоподражания** и искаженные варианты произнесения слов. Ваша речь должна быть четкой, правильной.
- Старайтесь, общаясь с малышом, не использовать сложные речевые обороты, длинные конструкции. **Общайтесь при помощи достаточно простых для понимания фраз.**
- **Не давите на ребенка**, призывая его быстрее реагировать на ваши слова.
- **Ни в коем случае не ругайте** и не корите ребенка за неверный ответ.

Факторы риска появления заикания:

1. Дети с тревожными чертами характера. Эти детки, обычно привязаны к матери, плаксивы, раздражительны. Нередко такие малыши беспокойно спят и имеют плохой аппетит. Они могут отреагировать заиканием на перемену обстановки (поход в детский сад, переезд, долгое отсутствие матери).
2. Дети с ранним речевым развитием (первые слова и фразы в год); а затем с очень быстрым темпом наращивания словаря (в 2 -2.5 они уже говорят развернутыми фразами). Заикание может появиться от сбивания дыхания во время произнесения длинной фразы и желания сказать сразу все, тогда как детский язычок и легкие еще не могут справиться с таким объемом речевой информации.
3. Дети с задержкой речевого развития. Слова у них появляются ближе к двум годам. Фразовая речь после трех. Речь у таких деток часто бывает невнятная, с плохим звукопроизношением. Заикание у них может быть вызвано двигательной расторможенностью.
4. Дети, имеющие среди родственников заикающихся, чаще, чем другие, подвержены этому недугу. Так же следует быть внимательными, если в семье есть левши. У таких деток заикание может быть следствием сниженной возможности адаптации к внешнему миру у ЦНС (центральной нервной системы).
5. Дети с двуязычием в семье (например, дома говорят по-русски и по-татарски) также обладают фактором риска появления заикания.

Конечно, совершенно необязательно, что двуязычный, беспокойный или леворукий ребенок начнет заикаться. Но повышенный контроль родителей за такими детками поможет им избежать лишних трудностей, в случае их возникновения.

Как вести себя родителям, если у ребенка присутствует фактор риска появления заикания:

- **Соблюдать режимные моменты** (сон, питание, прогулки - в соответствии с возрастом ребенка) даже в выходные дни.
- **Избегать эмоциональных перегрузок** (частое посещение мест скопления большого количества людей); чрезмерных физических нагрузок (при первых признаках усталости позволяйте ребенку отдохнуть).
- **Следить за благоприятным эмоциональным климатом в семье.** Не позволяйте себе кричать, ругаться в присутствии малыша.
- Стараться следить за тем, чтобы предъявляемые к ребенку **требования разными членами семьи не противоречили друг другу.**
- **При возникновении у ребенка страхов** (темноты, одиночества, замкнутого пространства) ни в коем случае не приучайте его быть храбрым. Не провоцируйте появление страхов показом фильмов или запугиванием. При возникновении боязни позволяйте ребенку спать при приглушенном свете, побудьте возле него некоторое время при засыпании. Если страх не проходит длительное время следует обратиться к психоневрологу.

Очень важным является контроль родителей за собственной речью - ведь для малыша она является образцом для подражания.

Поведение родителей ребенка с возникшими речевыми запинками:

- Максимально **снизить количество поступающей информации** (исключить массовые зрелищные мероприятия, книги и фильмы не по возрасту).
- **Если у ребенка есть проблемы** со звукопроизношением - направить усилия на их устранение (возможно, корень заикания лежит в трудности верного произнесения звуков).
- Если начавший заикаться ребенок предпочитает пользоваться **левой рукой, то переучивать его не стоит.** Можно лишь в ненавязчивой форме предлагать пользоваться правой рукой (класть столовые приборы справа, протягивать к правой руке карандаши). Запрещать пользоваться левой рукой нельзя.
- Если заикание ребенка провоцируется заиканием кого-то из близких - **сократить их общение** (а еще лучше - на время прервать его). Если заикание возникло у малыша из двуязычной семьи, следует убрать один язык из обихода. До того момента, когда у ребенка улягутся речевые нормы одного языка. Обычно, это происходит к 5-6 годам.

Как не позволить заиканию закрепиться в речи ребенка:

1. При "остром" возникновении заикания (обычно, после испуга), следует как можно скорее *создать ребенку благоприятные условия* для улучшения эмоционального состояния. Это может быть смена обстановки в которой произошла психотравма.

2. Усиленно *следить за режимом* - возможно, удлинить сон и ограничить поступление новой возбуждающей информации.

3. Родители должны постараться *никак внешне не проявлять свое беспокойство по поводу речи ребенка*. Ни в коем случае не ругать малыша и не принуждать его произносить слова правильно.

4. Речь окружающих начавшего заикаться ребенка должна быть *тихой и спокойной*. Постарайтесь некоторое время поменьше разговаривать с ребенком (иногда рекомендуют даже вводить режим молчания).

5. Предлагать ребенку *тихие спокойные игры* - рисование, лепка, конструирование - не требующие речевого контакта.

6. Формируйте у ребенка *правильное дыхание* (глубокий вдох и медленный выдох). Для этого подойдут следующие игры:

- Надувание мыльных пузырей, воздушных шариков.
- Сдувать ватные шарики, бумажные снежинки со стола, забивать ватные мячики в ворота.
- Игра на детских духовых инструментах.
- Перемещение дутьем легких игрушек по воде во время купания (кто быстрее).

7. Очень благотворно действуют логоритмические игры, маршировка, хлопки под музыку, танцы, пение. Разучивайте с ребенком маленькие стишки с короткой строкой и четким ритмом построения. Например, такое:

В ситуации ухудшения речи, желательно проконсультироваться с логопедом или психоневрологом, а затем четко выполнять все их советы и требования.



Ваш логопед Оксана Александровна Солодова