

Консультация для родителей

«ЗАИКАНИЕ»

Подготовил: учитель-логопед
Абрамова И.А.

Что общего у Мэрилин Монро, Уинстона Черчилля, Льюиса Кэрролла и Исаака Ньютона?

Разумеется, талант и известность, но их объединяет не только это.

Все они заикались!

Почему же возникает этот странный дефект речи, и можно ли от него избавиться? Что такое заикание, люди знали давно. Еще в V веке до нашей эры врач Гиппократ подробно описывал этот недуг. Считалось, что подобный дефект речи был еще у библейского пророка Моисея и великого греческого оратора Демосфена. Если Моисей даже не пытался улучшить дикцию, то Демосфен обращался к врачам и с помощью многочисленных упражнений смог достичь реальных успехов.

Статистика говорит о том что, заикание чаще встречается в развитых странах. В Англии, в США и в России примерно одинаковый процент заикающихся людей. По статистике, в бывшем СССР на 250 млн. жителей было 6 млн. заикающихся. В африканских странах людей с таким заболеванием намного меньше. В Китае - еще меньше (но здесь дело не в развитости, а в другой системе языка).

Как правило, заикание поражает людей с довольно высоким уровнем интеллекта. Некоторые ученые отмечают влияние климатических условий на усиление заикания, например, осенью и весной.

Среди детей, живущих в сельской местности, заикание встречается реже, чем у городских сверстников.

Распространенность заикания обусловлена возрастом, полом, видом деятельности, местом проживания и другими факторами.

Главная причина заикания — судороги.

А что такое судороги, известно каждому, кто хоть раз долго купался в ледяной воде. В мышцах возникает боль, они резко напрягаются и как бы деревенеют. У заикающихся подобные, но безболезненные судороги

неожиданно возникают в процессе разговора в мышцах языка, губ, мягкого неба или нижней челюсти. Судороги бывают клоническими — кратковременное сокращение мышц, словно при дрожи от холода, и тоническими — длительный спазм, который не дает говорить. Иногда к судорогам речевых мышц присоединяются судороги мышц лица, конечностей, такие движения также являются произвольными, насильственными. Почему же появляются эти странные судороги? Почему одни люди заикаются, а другие нет?

Причины заикания лежат очень глубоко, в головном мозге человека. Именно там расположены особые нервные центры, отвечающие за речь. Чтобы мы могли общаться не только с помощью гримас и жестов, еще в раннем детстве нервные клетки нашего мозга формируют три важные структуры, контролирующие речь. Центр Брока — голосовой центр, отвечает за работу мышц и связок, участвующих в речи. Центр Вернике — слуховой центр, распознает собственную речь и речь окружающих. Ассоциативный центр — анализирует, что было сказано и принимает решение, о чем говорить дальше. Слаженная работа этих центров формирует так называемый речевой круг: Голосовой центр позволяет нам сказать фразу и одновременно активизирует центр слуха. Слуховой центр воспринимает речь и дает команду ассоциативному центру: "Думай!". А тот, подумав, активизирует голосовой центр. И так далее. Периодические разрывы речевого круга вследствие неодинаковой скорости работы речевых центров и лежат в основе заикания.

Заикание чаще всего возникает у детей. Именно в возрасте 2-5 лет, когда речевые центры и синхронная связь между ними только формируется, спровоцировать заикание легче всего.

Основным принципом лечения стала нормализация работы речевого круга, а именно, торможение центра Брока. Для этого больным назначают успокаивающие и противосудорожные лекарства, гипноз, иглоукалывание, релаксирующие ванны, общеукрепляющие процедуры.

Первые признаки заикания.

Чтобы вовремя помочь ребенку, очень важно не пропустить первые признаки заикания:

если ребенок вдруг внезапно замолкает, отказывается говорить (это может длиться от двух часов до суток, после чего ребенок вновь начинает говорить, но уже

заикаясь) - если успеть обратиться к специалисту до момента возникновения заикания, его можно предотвратить.

Первые признаки:

- 1. употребление перед отдельными словами лишних звуков (а, и);**
- 2. повторение первых слогов или целых слов в начале фразы;**
- 3. вынужденные остановки в середине слова, фразы;**
- 4. затруднения перед началом речи.**

Родители должны вовремя заметить тревожные признаки и своевременно обратиться к специалистам (психологу, психоневрологу, логопеду), поскольку заикание легче предупредить, чем лечить.

Прогноз преодоления заикания зависит от многих условий.

Практика показывает, что чем моложе возраст, чем активнее и жизнерадостнее общее поведение, чем меньше отделов речевого аппарата задето судорогой и чем слабее судорога, тем благоприятнее прогноз.

Наиболее благоприятным является возраст 2-4 года (легче создать благоприятные условия и маленький стаж заикания). Наименее благоприятный возраст 10-16 лет, пубертатный период. Нередко исчезнувшее заикание потенциально сохраняется и готово проявиться при возникновении неблагоприятных условий.

Подбор методики должен быть строго индивидуальным. Родителям следует осознать, что проводить лечение заикания нужно в определенной системе, форма одноразовой кампании в данном случае неприемлема!

Что делать, если ребенок стал заикаться?

Прежде всего:

- Не впадайте в панику,
- Основные усилия не тратьте на отыскание причин, а на ваши отношения с ребенком,
- Сосредоточьтесь на своем сегодняшнем поведении - от этого зависит, насколько быстро и успешно будет преодолено это нарушение.

1 правило. Возьмите себе за правило никогда и ни с кем не обсуждать заикание ребенка в присутствии самого ребенка. Даже когда вы находитесь на приеме у врача сделайте так, чтобы ребенок не слышал ваш разговор с доктором. Попросите его выйти, или придумайте что еще. И не позволяйте окружающим говорить о заикании

в присутствии ребенка, вплоть до обрыва разговора. Да и вообще, наложите на само слово «заикание» табу. Не забывайте, что ваш ребенок отличается особой восприимчивостью к таким разговорам. Он тонко чувствует возникшее в семье напряжение и может отреагировать усилением запинок в речи.

2 правило. Если ребенок предпочитает основные движения делать левой рукой, не переучивайте его сами и не позволяйте это делать окружающим. Предупредите о его особенностях воспитателей в детском саду, учителя в школе. Возможно, ваш дошкольник еще не определился с ведущей рукой. Понаблюдайте, какую руку он все же предпочитает. Тогда начинайте постепенно приучать его действовать в основном именно ею.

3 правило. Пересмотрите стиль ваших взаимоотношений с ребенком. Не требуйте от него беспрекословного подчинения, длительного удержания внимания, усидчивости, совершенства в выполнении всех дел и заданий. Важно, чтобы в семье все придерживались в основном единых требований к такому ребенку: что позволять, что разрешать, как порицать и как одобрять. Нельзя запугивать ребенка, наказывать, оставляя одного в помещении, особенно плохо освещенном. В виде наказания можно заставить его спокойно посидеть на стуле, лишиться участия в любимой игре и т.п. При этом понимание проблем вашего сына или дочери не означает вседозволенности в воспитании.

4 правило. Прежде всего, не следует показывать ребенку своей тревоги. Исключите какую-либо оценку качества речи ребенка. Оставьте только естественную реакцию на сказанное. Не смейтесь над ним, не ругайте, не кричите, не стыдите. Как можно раньше обратитесь к детскому невропатологу.

5 правило. В первые недели при начальном заикании рекомендуется создать ребенку максимально комфортные условия в семье, исключить излишние эмоциональные нагрузки. В присутствии ребенка говорите медленно, негромко, четко. Недопустимы семейные скандалы и бурные выяснения отношений между родственниками. Ребенка следует оградить от активных игр, от длительного общения с телевизором и компьютером, Это утомляет и перевозбуждает нервную систему ребенка. Особенно отрицательно действуют передачи, не соответствующие его возрасту и просмотренные перед сном.

Лучше как можно чаще гулять с ребенком (но не в местах большого скопления людей, и не в шумных местах).

6 правило. Помните, что такой ребенок особенно чувствителен к резкой смене своего образа жизни, окружения. Конечно, определенные перемены в детской жизни неизбежны. Мы можем отложить поступление такого малыша в детский сад, скажем, лет до пяти. И все же опыт общения в детском коллективе ему необходим. Тогда он быстрее и легче сможет адаптироваться в школьной обстановке.

- Определите оптимальный режим дня для вашего малыша и четко его соблюдайте. Учебные нагрузки должны быть посильными - помните об этом при выборе школы, программы обучения. Перегрузок не должно быть и в дополнительных занятиях. В то же время положительные эмоции очень нужны такому ребенку, а их могут дать занятия спортом, любимым видом искусства и т.д.

7 правило. Нельзя читать детям много книг, не соответствующих их возрасту. Вредно чтение на ночь страшных сказок, так как это может вызвать у ребенка чувство постоянного страха: он боится увидеть Бабу Ягу, лешего, черта и т.п.

8 правило. Естественно, что в случае заикания у ребенка вы обратитесь за помощью к специалистам - логопеду, невропатологу, психологу или психотерапевту. Опыт по лечению этого речевого нарушения накоплен солидный. И все же трудно предсказать, как скоро наступит улучшение, насколько полным и стойким будет результат.

9 правило. Не стоит главной целью помощи ставить полное устранение запинок в речи. Если в семье заикание ребенка не воспринимается как трагедия и как повод ограждать его от любых испытаний, он сможет адаптироваться в жизни. Наверняка вы сами знаете людей с заиканием, которые получили хорошее образование, создали семью, успешно работают. В то же время есть люди с абсолютно гладкой речью, не реализовавшие себя и не умеющие полноценно общаться.

10 правило. Следует говорить с таким ребенком надо четко, плавно. Следует сблизить такого ребенка с наиболее уравновешенными, хорошо говорящими детьми, чтобы, подражая им, он учился говорить выразительно и плавно.

11 правило. Для заикающегося ребенка очень важны занятия музыкой и танцами, которые способствуют развитию правильного речевого дыхания, чувства темпа, ритма. Полезны дополнительные занятия по пению. Будет очень полезно, если ваш ребенок займется обучением игры на музыкальном инструменте. Лучше всего на саксофоне. Почему? Во-первых, отличный инструмент, а во-вторых, развивает дыхание. А в-третьих, музыка часто творит чудеса. Как и вода. Это я о том, что плавание в бассейне нормализует дыхание и снимает напряжения и зажимы.

12 правило. Не надо помогать ребенку в его запинках. Всякие ваши «понятно», «ага» и «угу» (мол, вы все поняли), пользы не приносят. Как и ваше, совместное с ребенком, артикулирование (делай, как я). Просто терпеливо слушайте, что он говорит. Слушать тоже надо уметь. Не создавать видимость, не играть в слушателя, а именно слушать, внимательно глядя ребенку в глаза.

13 правило. Многим людям свойственна привычка переспрашивать. Причина здесь одна: невнимательность (мы не говорим о плохом слухе). Невнимательность в разговоре вообще вещь плохая. А в разговоре с заикающимся ребенком очень вредная. Вашими «переспросами» вы раните еще больше и так страдающую психику ребенка. Подумайте об этом и, если у вас есть такая привычка (переспрашивать) – избавьтесь от нее.

14 правило. Ваш ребенок не должен чувствовать, что он какой-то особый. Поэтому никакой внешней жалости и никаких послаблений. Не надо формировать у него комплекс «белой вороны». Он обычный ребенок. Не изолируйте ребенка от сверстников. У него должны появиться друзья, приятели. Запомните, что общение с друзьями помогает ребенку развиваться и учит жить в социуме. Желательно, чтобы он ходил в обычный детский сад и в обычную школу. Ни в коем случае не в «элитную». Дело в том, что нагрузки в таких школах повышенные. И рисковать психическим здоровьем ослабленного ребенка нет никакой нужды.

15 правило. Если ребенок заикается достаточно давно, то, кроме врача-невролога, необходимо обратиться за помощью к логопеду. Вам нужно знать, что заикание и звукопроизношение ходят рядом. Считается, что заикание даже провоцируется звукопроизношением. Поэтому, если у ребенка проблемы с произношением звуков – это нужно исправлять. Логопедические упражнения также научат преодолевать заикание и помогут выровнять плавность и ритм речи.

В работе с заикающимися необходимы речевые упражнения: замедление темпа речи, распевная или ритмичная речь, продолжительное молчание.

Правила для упражнения в плавности речи.

1. Говори медленно и спокойно, т.е. выговаривай слог за слогом, слово за словом, предложение за предложением.
2. Всегда уясни себе, что и как ты будешь говорить.
3. Не говори ни слишком громко, ни слишком тихо.

4. При разговоре стой или сиди прямо.
5. Прежде чем начать говорить, быстро и глубоко вдохни ртом.
6. Расходи дыхание экономно. Во время разговора старайся по возможности задерживать дыхание.
7. Переходи всегда решительно и определенно в положение для произнесения гласных.
8. Направляй выдох не на гласный, а на согласный звук.
9. Никогда не нажимай на согласные; в случае необходимости говори ниже обыкновенного тона и несколько растягивай все гласные.
10. Когда слово начинается с гласного, то начинай его тихо и несколько пониженным тоном.
11. Растягивай долго первые гласные в предложении и связывай все слова предложения между собой, как будто все предложение представляет собой одно многосложное слово.
12. Всегда старайся говорить внятно и благозвучно.

Дыхательные упражнения.

Важно, чтобы речь формировалась у ребенка на основе правильного дыхания. Это придаст звучанию речи малыша плавность, звучность и позволит такое сложное для коррекции нарушение речи, как заикание.

Для того, чтобы правильно научиться произносить звуки необходимо подготовить артикуляционный аппарат, тренировать не только язык, губы, но и дыхание, и голос.

Упражнение «Соня».

Несколько раз зевнуть и потянуться (зевание стимулирует не только гортанно-глоточный аппарат, но и деятельность головного мозга, а также снимает стрессовые состояния)

Упражнение «Гудок парохода».

Через нос с шумом набрать воздух, задержав дыхание на 1-2 сек, с шумом выдохнуть воздух через губы, сложенные трубочкой, со звуком «у-у-у» (выдох удлинен)

Упражнение «Кораблик».

Кораблики могут быть самодельными. Набираем воздух через нос (животик надувается), выдыхаем через рот (животик сдувается). Дует на кораблик, чтобы он поплыл по блюдецке с водой.

Упражнение «Игрушки».

Различные дудочки, трубочки помогают формировать сильную струю воздуха. Сдуй ваточку

Упражнение «Забей гол».

Трубочкой для коктейлей загонять шарик в ворота.

Упражнение «Чайник закипел, шторм в стакане».

В стакан налейте 150 граммов воды и вставьте в воду трубочку для коктейлей. Сначала потихоньку выдыхаем воздух в трубочку – чайник закипает, усиливаем выдох – он кипит, еще усиливаем выдох – вода бурлит. Не забываем – плечи не поднимать!

Постоянно создавайте атмосферу игры, когда ребенку хотелось бы говорить.

Желаю вам терпения и успехов!