



## «Как родители могут помочь своему ребёнку 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-психологического 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 зреющих 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 изодеятельности);
- как можно чаще заниматься пением;
- читать любой ритмизированный текст (стихотворения, считалки);
- выполнять дыхательные упражнения, которые ребёнок отрабатывает с логопедом (надувать шарики, 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 придав 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 голосовую 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 устраниено 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.

#### Список использованной литературы:

1. Леонова С.В. Участие семьи в коррекционной работе по преодолению заикания у дошкольников // Логопед, 2011 - № 8.

2. Поварова И.А. Коррекция заикания в играх и тренингах. – М., 2009.

#### Интернет-источник:

[https://logopeddoma.ru/publ/dlya\\_vas\\_roditeli/konsultacii\\_dlja\\_roditelej/kak\\_roditeli\\_mo\\_gut\\_pomoch\\_svoemu\\_rebjonku\\_preodolet\\_zaikanie/7-1-0-34](https://logopeddoma.ru/publ/dlya_vas_roditeli/konsultacii_dlja_roditelej/kak_roditeli_mo_gut_pomoch_svoemu_rebjonku_preodolet_zaikanie/7-1-0-34)