

методика коррекции заикания у детей в возрасте 4-7 лет.

Учитель-логопед

Горбунова.И.Н.

Принцип 1. Как ни странно, родители должны начать с себя. Вероятность того, что именно Вы являетесь причиной данной проблемы, очень высока! Часто внешние факторы, например, проблемы на работе или другие жизненные ситуации, переносятся на семейные отношения. Возможные семейные ссоры, сопровождающие их крики, оскорбления, даже если они напрямую не относятся к ребёнку, могут являться причиной заикания. Тем более, если Вы строго обращаетесь с самим ребёнком, то сбой речи- это прямая причина вашего общения!

Не отчаивайтесь, всё можно поправить! Надо остановиться и подумать, что пошло не так? Посмотрите на себя как бы со стороны, разве здоровье ребёнка не является вашей целью? **ЛЮБОВЬ** и **ВЗАИМОУВАЖЕНИЕ** - главный принцип семейных отношений и лечения заикания! Дайте себе слово, изменить **АТМОСФЕРУ ОТНОШЕНИЙ В СЕМЬЕ**, и ради восстановления речи ребёнка, настройте себя в течении полугода (лучше год) - никаких ссор, скандалов, грубых слов, дёрганий ребёнка! **РОВНОЕ** и **СПОКОЙНОЕ** поведение чтобы не произошло: разбитая чашка, сломанная игрушка, испачканная одежда и т.п.- не выведут вас «из себя» !!! (одежду можно постирать, игрушку отремонтировать и т.д. – нет безвыходных ситуаций!)

(Сделаю небольшое отступление: не следуют обвинять супруга или супругу в «плохом» поведении, так как такое поведение может быть обусловлено строгим воспитанием его (её) родителей и далее по цепочке. Наши родители-дети сложного послевоенного времени, а бабушки и дедушки испытали на себе тяжёлые времена голода и войны..Это сказывается на поведении, эмоциональном характере. Следует просто разъяснить ситуацию и попросит полгода «спокойствия» ради ребёнка. Молитва и вера успокоят горячее сердце!)

Принцип 2. Ограждайте ребенка от других факторов испуга (страха): громкая музыка, «современные» мультфильмы, ТВ фильмы жанров «боевик» или «фильм ужасов», даже шуточные «страшные рассказы» (например, про тёмную комнату ...) , и так далее и тому подобное. Ребёнок может проецировать события виртуального мира на реальную жизнь и реально бояться.

В деревне незачем ребенку показывать бойню, а если муж охотник/рыбак, попросите его тушки разделывать не в присутствии ребёнка.. Помните, что дети более впечатлительны, чем Вы и эти суровые картины бытия пока ему знать

рано. Но, если так случилось и ребёнок видел, как разделявали «его любимую рыбку», то можно объяснить, что рыба/животные даны нам Создателем для питания.

По физиологии нашего организма, при наличии факторов опасности, организм мобилизует жизненные силы для целей выживания в конкретной ситуации: меняется гормональный состав крови, учащается дыхание, сжимаются мышцы для рывка...!? Если на лице у человека более ста мышц, как вы думаете, их напряжение как повлияет на речь? Наверное, не в лучшую сторону. А дыхательные, межрёберные мышцы тоже напрягаются, как бы «сжимается» весь организм... Равномерное, свободное дыхание меняется на учащённое или наоборот замедленное и напряжённое. Речь отодвинута организмом на второй план, не до нее, надо спастись... Вот что происходит при испуге.

Мы разобрали внешние факторы испуга, следующую похожую тему- внутренние факторы испуга, «внутренние страхи» я выделю в отдельный принцип, так как над ней следует тщательно поработать.

Принцип 3 . Выявлять и объяснять ребёнку внутренне «страхи».

«Внутренние страхи»- фобии, осознанные и неосознанные, имеются и у взрослых. Кто-то до ужаса боится ос, шмелей, пчёл- всего того, что жужжит и может больно укусить. Кто-то боится мышей.., хотя они вряд ли укусят.. и так далее.

Их много, у каждого свои: остаться одному в комнате, ездить в лифте, страх темного помещения и прочее

Несколько раз ко мне обращались с вопросом «боязни собак» у ребёнка. Признаюсь, я и сам боялся, поэтому остановлюсь подробнее как можно «разобрать», «разложить» данный страх. А «предупреждён- значит вооружён»! Разобранный «по полочкам» страх – уже совсем не страшен).

«Большая собака с огромной пастью – мне казалась чем-то ужасным... «Мне бы такую пасть.., я бы точно набросился и искусал обидчиков..»- думал я, проецируя свою агрессию на невинное животное. Так думает и Ваш ребёнок. Как снизить агрессию у ребёнка, мы рассмотрели выше и ещё рассмотрим в дальнейшем.

Как разобрать данный страх? Пусть ребёнок ответит на следующие вопросы Вам, а главное себе:

- видел ли он когда-нибудь, чтобы собака набросилась на человека и искусила его? (я надеюсь, ответ будет «нет»)

- раньше эта собака, была милым пушистым щенком, сейчас она выросла, но осталась такой же доброй, как была раньше. Зачем ей сейчас на кого-то

набрасываться?

Я думаю, что ответив на эти вопросы, ребёнок перестанет панически бояться первой встречной собаки. Доброе отношение к миру- возвращается ответной добротой!

Жизненные ситуации бывают разные, и если ребёнок видел агрессию собаки, то это тоже постарайтесь объяснить, например: собака была «на работе», сторожила дом, базу и т.п. Если эти доводы окажутся недостаточными, то разберите несколько способов защиты от собак (7-8 достаточно), например: взять палку и отогнать, топнуть ногой и громко крикнуть и т.п. Пусть ребёнок подберёт или изготовит палку и поставит у себя в углу комнаты или во дворе частного дома. Пусть он знает, что способ решения любой проблемы он может найти сам или вместе с Вами родителями.

Следующий страх: застрять в лифте. Покажите, где находится кнопка вызова помощи лифтеров. Объясните, что их надо подождать.. Если есть мобильный телефон, то звони родителям .. И так далее.

Если ребёнок переживает, что Земля круглая и люди могут упасть в космос- то объясните про силу притяжения.. и так далее))
Общайтесь с ребёнком, узнавайте его «страхи», вместе разбирайте их. Это будет служить дополнительным доказательством того, что вы любите малыша и заботитесь о нём. Ваша поддержка очень важна малышу, это придаст уверенности: Вы за него, а не против, ВАС ДВОЕ –ВЫ СИЛА!

Принцип 4. Лечение ЛЮБОВЬЮ и доказательство этой любви. Это важный принцип, который я хочу осветить отдельно.

Может кто-то возразит, что это банально и так понятно, что все силы и средства вкладываются в детей...: продукты, одежда, коммуналка, секции, кружки, няни и так далее... Это понятно ВАМ ВЗРОСЛЫМ. Ребёнок интуитивно это тоже понимает и даже, если не будет секций, кружков и Макдональдцев, он всёравно будет Вас в ответ любить. НО.. ребёнок помнит так же и обиды.. У Вас напряжённый день, много разных событий и вы уже забыли о конфликте.., а ребёнок помнит! Возможно, неделю назад Вы на него накричали...и т.п.

Что делать? Поговорите с ребёнком и объясните, что Вы и папа (мама) очень его любите! Вы заботитесь о нём! Вам не безразличны его проблемы и что он может обращаться к вам по любым вопросам. Всё, что Вы можете- Вы сделаете! Этот прямой разговор отбросит возможные сомнения у ребёнка. Дополнительным доказательством любви может быть самостоятельная покупка в магазине: игрушки, одежды, обуви и т.п. Пусть это будет подарок на День Рождения: Вы разрешаете ребёнку САМОМУ сделать ВЫБОР. Этим Вы

подтвердите, что УВАЖАЕТЕ ЕГО МНЕНИЕ, видите в нём личность, любите его. (Помню, как в магазине мой сын выбрал «ужасные», несочетаемые по расцветке зелёно-красные кроссовки... Сколько сил мне стоило промолчать! Но, ребёнок был счастлив! Это поднимет самооценку ребёнка. Теперь о практических действиях

Принцип 5. ГОВОРИ НА ВЫДОХЕ- контроль наличия воздуха/дыхания. Что делать, если ребёнок запнулся, пытается повторить слово и не может. Видно как спазм охватывает всё тело, начинаются судороги, качание головой, моргание ресницами, закатываются глаза...

Остановите ребёнка и объясните технику речи: «ГОВОРИ НА ВЫДОХЕ, ВНАЧАЛЕ СДЕЛАЙ ВДОХ, ЗАТЕМ НА ВЫДОХЕ ГОВОРИ одно, два слова».. Скажите, что для звуков нужен поток воздуха, так говорят все люди! Заметьте, что во время запинки или спазма дыхание остановлено, иногда ребенок пытается произнести слово на вдохе (!)

Потренируйте работу голоса на звуках, их зависимость (тон) от наличия и силы потока; изменение звука, от изменения расположения органов речи (губ, языка..): А-О-И-Е...

Поэтому, ещё раз: перед любым словом делаем ВДОХ -это даст необходимый поток воздуха и гарантирует нам произношение слова! Это закон, аксиома лечения!

Далее начинаем выдох 1 секунду, пока без слов (подтверждения наличия потока воздуха), затем произносим 1-2 слова. И всё заново...

Заметьте, что ребёнок готов пересказать, например, половину понравившегося фильма на одном выдохе- не получится, как следствие запинки, переходящие в спазм.

Почему мы должны объяснять про одно или два слова, ведь сами произносим четыре или шесть, а кто-то больше? Это ориентир, который даст понимание, что слов надо произносить мало, столько, сколько получится свободно произнести без запинки, на сколько хватит воздуха. Но на начальном этапе сильных запинок это должно быть именно ОДНО слово, затем через несколько дней ДВА слова – смотрите по ситуации. Затем ТРИ слова и т.д., до нормальных 4-5 слов через N месяцев!

Обратите внимание, что во время пения нет никаких запинок, так как отчётливо фиксируется вдох, и на медленном выдохе произносим слова песни. Поддерживайте ребёнка в пении, разучите вместе песню- всё это укрепляет дыхательные мышцы и голосовые связки. Речь будет постепенно улучшаться, пусть это будет 1-2% в неделю. Сложно измерить эти проценты, но думаю, вы меня понимаете. Настройте себя на продолжительную работу, тогда более скорый результат вас порадует.

Принцип 6. Объясните ребенку, что: " надо ГОВОРИТЬ МЕДЛЕННО!
Быстро говорить не нужно, тебя не поймут".

Ваш смысленный малыш уже в раннем возрасте составляет сложные предложения. Разговаривайте с ним медленно САМИ, тем самым показывая размеренную, неторопливую речь. 10-20 слов в минуту – достаточный темп, понятный собеседнику.

Некоторые люди успевают сказать на одном выдохе очень много слов или даже несколько предложений- это очень быстрый темп. Если кто-то из ваших родственников или знакомых: супруг(га), братья, сестры ребёнка, бабушки - все те, с кем общается ребенок, разговаривают быстро, то поговорите с ними и на своем примере объясните требуемый темп – ТЕМП ДЕТСКОЙ РЕЧИ.

Начните анализ с себя, как Вы говорите? Так же обратите внимание, что ребенок говорит громко. Это дает лишнее напряжение речевому аппарату. Объясните ребенку, что надо ГОВОРИТЬ МЕДЛЕННО и НЕГРОМКО. Пусть на первом этапе это будет ШЁПОТ. Поговорите с ним шёпотом, постепенно увеличивая звук до приемлемого уровня. Делайте это не в форме строгого наставления, а в форме игры, интересного рассказа.

Принцип 7. ОСАНКА и РАССЛАБЛЕНИЕ

Следите за осанкой ребенка, никакой сутулости, поднимайте подбородок, расправляйте плечи! Сутулость – есть причина снижения объема легких, опускание диафрагмы, усложнение работы межрёберных дыхательных мышц, напряжение мышц живота. Правильное положение головы- это ровное положение или чуть вверх подбородок. При наклоне головы вниз нижней челюсть не может свободно двигаться, чтобы открыть рот для произнесения слова. Нижняя челюсть должна опускаться при естественной силе тяжести.

Правильная осанка – это прямой позвоночник. Вес верхней части тела должен опираться на столб позвоночника. Если это не так, то вся нагрузка (20-30 кг! у детей, до 40 кг у взрослых) приходится на межрёберные дыхательные мышцы и диафрагму (главную дыхательную мышцу). Она находится под нагрузкой, не будет нормально функционировать. Отсюда снижение глубины дыхания, недостаточный напор воздуха при выдохе. Правильная осанка способствует улучшению кислородного обмена, который нормализует работу мозга!

Лечебный массаж спино-воротниковой зоны поможет исправить осанку, снять мышечные напряжения, что улучшит речь. Пройдите 4-5 сеансов у массажиста, наблюдайте изменения. Если помог массаж, то дополнительно пройдите 4-5 сеансов (1 сеанс через день или реже: 1 раз в неделю)

Полезен так же аккуратный массаж головы: роднички ещё не окостенели, поэтому просто погладьте ребёнка по головке ладошкой.

Принцип 8. НЕ СПЕШИТЕ при разговоре и в обычных делах!

Бывает так: Вам утром на работу, поэтому спешите в детский садик... Спешка – это враг. Спешка (имеется ввиду быстрый шаг, быстрые движения) сбивает дыхание, в целом меняется гормональный состав крови. Точный расчёт времени пути до назначенного места поможет Вам спланировать время выхода из дома, а значит и время подъёма ребёнка. Добавьте время на собственные сборы и дополнительное время на выход из дома, на дорогу до остановки транспорта или парковки автомобиля. Добавьте время захода в садик. Общее расчётное время точно подскажет время подъёма и своё, и ребёнка!

Старайтесь медленный темп поддерживать не только в разговоре, но и в других действиях, например, ходьбе. Неторопливый шаг успокаивает. Ходите медленно как в садик, так и после садика. Не спешите на прогулках, во время «похода» по магазинам- в любых других случаях. Хорошее упражнение, которое успокаивает и исправляет осанку- неспешная ходьба, при которой вы вместе с ребёнком смотрите на верхушки деревьев (вверх). (Внимание: при переходе улицы соблюдайте осторожность!)

Принцип 9. Поведение воспитателей в детском саду или нянь!

Мы уже говорили, что нельзя кричать на ребенка, тем более, физически наказывать. Если какую-то шалость не можете простить малышу, то лучше «проказника» поставьте в угол. ОН И ТАК ПОЙМЕТ НАКАЗАНИЕ.

Обращайте внимание, чтобы этого не делали воспитатели в детском саду или няни. До 50% случаев невроза у ребёнка– это их поведение, так как собственные проблемы «срывают» на детей.. Объясните всем сдерживать эмоции в отношении ребенка, ЛЮБИТЬ и ПРОЩАТЬ! С "кричащим" воспитателем детского сада можно лично поговорить или прибегнуть к помощи заведующей. Воспитательный процесс детям необходим, но старайтесь сдерживать эмоции! Ровное поведение и требовательность!

Принцип 10. ХОРОШИЕ СЛОВА.

Детский возраст- это возраст открытий и поиска.. К сожалению, открытия происходят не только в хорошем, но и в плохом: ребёнок может повторять плохие ругательные слова, услышанные на улице или по телевизору. В эмоциональном плане (голос совести), может происходить торможение в произношении данных слов, возникают запинки, которые передаются и на обычные слова. "Сознание" тормозит действие "Физического тела". Грубость чужда «устройству» человека! Объясните ребёнку, что эти слова нельзя повторять, кто их не повторяет, тот не запинаясь!

Принцип 11. Самооценка, воспитание уверенности!

Не только ребёнок, но и взрослый человек не уверен в себе, когда он один...

Если ребёнка наказывают родители, по его мнению не заслуженно (например, "красиво" разрисовал обои и т.п.), то ребёнок думает: "В других сложных ситуациях они не заступятся за меня., я один на один с этим сложным миром.." Поэтому если вы "ПОТЕРЯЛИ МАЛЫША", то "НАЙДИТЕ ЕГО". Станьте его другом, защитником- **ВЫ ВМЕСТЕ, ВЫ СИЛА!!!**

Поднимайте самооценку ребёнку! Хвалите ребёнка за хорошие поступки... Самооценка поднимет уверенность, уверенность положительно повлияет на речь. Будьте уверены Сами в себе как пример для ребёнка. Мы перечисляли способы: совместный разбор «страхов», откровенный разговор, доверие в покупках и самостоятельный выбор. Это всё поможет усилить чувство защищённости. Если вы **ВМЕСТЕ**, то сможете решить любую проблему, и эту проблему запинок!

Делайте вместе добрые дела- это хороший воспитательный процесс, положительные эмоции, чувство полезности семье и обществу.

Поддерживайте ребёнка и старайтесь не обращать внимания на мелкие запинки, главное постепенное улучшение речи! Иногда родители предъявляют очень высокие требования к речи малыша, «судят по себе»- снизьте вашу планку притязаний, звуки постепенно исправятся. У вас будет длительный школьный период на постановки «правильной» речи и звуков, так же ребёнок будет учиться у сверстников.

Сейчас главные задачи - КОНТРОЛЬ ДЫХАНИЯ, точнее РЕЧИ НА ВЫДОХЕ; ОТСУТСТВИЕ СПЕШКИ В РЕЧИ и других действиях, ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА; УСТРАНИТЬ ВСЕ ПРИЧИНЫ ПОДАВЛЕНИЯ РЕБЁНКА – крики, наказания, даже повышения голоса.

Главное, чтобы хорошей речи было больше, чем плохой и речь с развитием организма восстановится!