

Как помочь заикающемуся ребенку

Заикание — это такое нарушение речи, при котором ребенок повторяет или удлиняет некоторые звуки, слоги или слова. От этого возникает неправильное речевое дыхание и нарушается плавность речи.

Причины

Среди причин заикания у детей выделяют предрасполагающие и провоцирующие факторы. Предрасполагающие факторы — это такие нарушения, чаще всего органической природы, которые есть у ребенка с рождения. Если к ним присоединяются провокаторы, то у ребенка дошкольника или младшего школьного возраста разовьется патология.

Предрасполагающие факторы:

- наследственность — наличие у близких родственников нарушений речи, что может говорить о слабости артикуляционного аппарата, мышц и связок, недоразвитии органов дыхания, врожденной аномалии;
- кислородное голодание во внутриутробном периоде и во время родов, обусловленное патологией со стороны мамы (анемия, диеты, угроза, многоводие, маловодие), плаценты и пуповины (незрелая плацента, преждевременная отслойка, обвитие пуповины);
- недоношенность, при котором практически все системы незрелые;
- родовая травма, особенно если она не диагностирована, а малыш не получал лечение;
- особенности нервной системы — гипервозбудимость.

Провоцирующие факторы следующие:

- эмоциональное потрясение — сильный испуг, страх, гнев, первое посещение детского сада;
- хронический стресс вследствие конфликтов с ровесниками, в детском коллективе, насмешек, отсутствия друзей;
- неблагоприятный психологический фон в семье, физическое наказание, постоянные скандалы, недостаток внимания со стороны родителей;
- гиперопека, отсутствие личного пространства, невозможность выразить свое мнение из-за давления взрослых;
- завышенные требования к ребенку со стороны родителей, воспитателей, педагогов;
- чрезмерное увлечение компьютерными играми;
- наличие в окружении ребенка другого человека, который заикается;
- черепно-мозговая травма, при этом даже легкой степени;
- перенесенные менингит, энцефалит, энцефалопатии.

Основные признаки заикания

Физически детки с заиканием не отличаются от сверстников. Речь в спокойной обстановке может быть практически обычной. А в минуты сильного волнения, испуга, ярости, тревоге голос запинаяется, останавливается, происходят повторы букв, слогов, слов. Малыш растягивает звуки и слоги.

Речь в целом неритмичная, неравномерная. В тяжелых случаях ребенка невозможно понять.

Чем больше малыш старается сказать что-то, тем больше он волнуется и тем более выражено расстройство речи. Иногда патология сопровождается стеснением в груди, чувством спазма в горле, остановки дыхания. Это состояние можно описать как судорожное: язык как будто прилипает к твердому небу, губы смыкаются.

Если причиной заикания является органическое повреждение нервной системы, то затруднения речи будут постоянными.

Для детей это состояние — огромный стресс. Из-за страха они стараются не употреблять слова, которые трудно произносятся. Речь засоряется паразитами «э», «ну», «вот», «вон», «это», «да», «так». Они меньше общаются, замыкаются в себе. В подростковом возрасте это приводит к комплексам и серьезным психологическим проблемам.

Проблема усугубляется нервными тиками, энурезом, агрессивностью, плаксивостью, страхом темноты. Со временем могут появиться психосоматические заболевания желудочно-кишечного тракта, сердца и сосудов и других систем.

Поэтому очень важно вовремя обращаться к врачам и начать лечение.

Виды заикания

Выделяют несколько видов заиканий:

В зависимости от механизма возникновения патология бывает респираторной, вокальной и артикуляционно-фонетической.

1. При респираторном, или дыхательном типе задержки речи патология связана с недостатком воздуха. Из-за этого малыш не может закончить фразу или слово на выдохе. Во время разговора у него напрягается или искажается лицо;
2. Вокальное (голосовое) заикание — причиной болезни является произвольное смыкание голосовых связок. Возникает чаще всего при гласных звуках;

3. Артикуляционно-фонетическая форма характеризуется спазмом мышц лица. Внешне это выражается открытием рта и сокращением губ.

По причине возникновения выделяют 2 формы:

- невротическое заикание (логоневроз) — связано с острым или хроническим стрессом у детей 2 – 6 лет, при этом органического поражения нервной системы нет;
- неврозоподобная форма возникает у деток в 2 – 3 года в результате повреждения речевого центра головного мозга вследствие травмы или болезни.

Как видите, заикание чаще всего начинается у дошкольников. Это самый уязвимый возраст.

По клиническим проявлениям выделяют:

- **тоническую форму** — запинки, растягивание звуков, паузы;
- **клоническую форму** — повторение;
- **смешанная форма**.

Степени тяжести

При оценке тяжести патологии учитывают выраженность симптомов, их влияние на общение ребенка с другими людьми, наличие сопутствующих нарушений.

Выделяют:

- **легкую степень** — она характеризуется редкими не выраженными запинками, которые не мешают разговаривать и общаться. Но родителям даже при этой степени надо обратиться к специалисту, чтобы своевременно начать исправление, пока отклонения не закрепились;
- **среднюю** — запинки уже более заметны, затрудняют общение;
- **тяжелую** — нарушения речи выраженные, они делают общение практически невозможным. Присоединяются и другие симптомы.

Если не убрать заикание, не устранять причину патологии, то оно постепенно прогрессирует, причем очень быстро.

Коррекция заикания у детей

Чтобы избавиться от заикания, необходимы терпение и настойчивость. Важно выполнять рекомендации учителя-дефектолога, чтобы выработать навыки правильной речи, устранить патологию. Но переусердствовать тоже

не рекомендуем: если малыш болеет, плохо себя чувствует, отложите занятия. В таком состоянии от них пользы не будет.

Коррекция заикания у детей комплексная, с использованием нескольких методов терапии. Ниже поговорим о них подробнее.

Работа с логопедом

Лечение заикания у детей логопедом может проводиться в детском саду, в поликлинике по месту жительства или в специализированных учреждениях.

На первом этапе логопед или дефектолог проводят опрос и осмотр, выявляют причину заикания. Назначают обследования: МРТ, электроэнцефалографию или реоэнцефалографию. После этого составляют индивидуальную схему коррекции. Родителям нужно следовать этому плану, чтобы избавиться от заикания.

Работа с логопедом — залог успешной коррекции. Даже если вы занимаетесь дома самостоятельно, необходимо регулярно наблюдаться у специалиста. Он оценивает динамику, если нужно — корректирует план занятий или дополняет их.

Работа с психологом

Психолог или психотерапевт, чтобы помочь избавиться от заикания, проводит занятия в игровой форме. Цель таких занятий — релаксация, отвлечение внимания, выработка эмоциональной устойчивости. Возможны как индивидуальные сеансы, так и коллективная работа.

Когда причиной нарушения речи являются конфликты в семье, убрать заикание можно только наладив отношения внутри семьи. В таких случаях психотерапия показана и родителям. Необходимо создать спокойную обстановку, наладить отношения между всеми членами семьи. Важно, чтобы ребенок знал и чувствовал, что его любят и ценят.

Медикаментозное лечение

Медикаментозное лечение заикания у детей направлено на нормализацию неврологического состояния и эмоционального фона. Назначают успокоительные средства и препараты для снятия спазма мышечного аппарата.

Обычно в схему лечения включают и витаминные комплексы. Эффективны и народные средства: отвары трав, ванны, ингаляции. Помните, что любое лекарство назначает только врач-невролог, даже фитопрепараты. Он

учитывает результаты обследования и причину заикания у малыша. Самолечение чревато ухудшением состояния.

В сложных случаях, когда имеется поражение центральной нервной системы, может понадобиться стационарное лечение или назначение других групп лекарств.

Аппаратные методики

Используются физиотерапевтические методы. Эффективны электросон, электрофорез с седативными средствами. Нужно проходить курс лечения полностью. Чаще всего этих курсов назначают несколько, с перерывами.

Разработана также программы для компьютера, которые помогают убрать заикание. Посоветуйтесь со своим логопедом, подходят ли они в вашем случае. И помните, что никакая программа не заменит комплексные меры и самостоятельную работу.

Логопедический массаж

Большую роль играет логопедический массаж. Он расслабляет те мышцы, которые зажимаются при произнесении фраз, и снимает спазмы речевого аппарата, таким образом помогает убрать заикание.

Проводится также лечебный массаж отдельных частей тела: головы, шеи, плеч, грудной клетки. Используются различные методики: в том числе точечный массаж. При этом специалист воздействует на речевой центр через рефлексогенные зоны.

Одним из преимуществ является возможность выполнения в домашних условиях. Первые сеансы проводит специалист, показывает движения и правильную постановку рук родителям. В дальнейшем мама или другие родственники сами выполняют массаж. Это удобно, когда показаны несколько курсов лечения.

Дыхательная гимнастика

Методика позволяет исправить поверхностное, неправильное дыхание, нормализовать тонус мышц, участвующих в артикуляции. Дошкольник после занятий осваивает диафрагмальное дыхание, нормализует речевое дыхание, учится регулировать дыхательный ритм и темп речи, укрепляет мышцы передней брюшной стенки.

Специалист обучает и родителей этой технике, чтобы выполнять движения и дома, так как важна регулярность упражнений и непрерывность курса терапии.

Существуют различные методики, например, вы можете воспользоваться упражнениями по Стрельниковой. Они помогают создавать правильную струю воздуха, которая нужна для произнесения слов и фраз. Комплекс упражнения выполняется в различных положениях тела, в покое и при движении. Постепенно задания усложняются.

Также нужно тренировать голос. Полезны занятия по логоритмике. Избавиться от заикания можно, если читать вслух стихи или пропевать их. Можно даже записаться на хоровое пение. Это тренирует голос и дыхание.

В домашних условиях вы можете предложить ребенку надувать мыльные пузыри, сдувать ватный шарик со стола, надувать обычные шарик. Полезно и весело делать кораблики и наперегонки «перегонять» или сдувать их с одного края таза в другой. Попробуйте позаниматься на игрушечных духовых инструментах: дудочке, тромбоне, саксофоне.

Профилактика заикания

Профилактика заключается в комплексе мер, направленных на устранение факторов риска:

1. Формирование благоприятного психологического фона в семье, отказ от чрезмерной опеки, требовательности со стороны родителей к своему ребенку, забота и доброжелательное отношение к нему. Помните, что основой ваших действий должны быть любовь, а не стремление сделать из своего малыша вундеркинда;
2. Устранение стрессов, эмоциональных потрясений;
3. Отказ от физических наказаний;
4. Выработка правильного режим дня для всей семьи, а не только для ребенка;
5. Полноценный и достаточный отдых;
6. Рациональное питание с достаточным количеством витаминов и микроэлементов;
7. Отказ от просмотра детективов, «ужастиков», фантастических фильмов и передач. Вместо этого смотрите добрые мультфильмы, сказки и передачи о природе, животных;
8. Регулярные осмотры у специалистов;
9. Лечение сопутствующей патологии.

Советы родителям: как лечить заикание у ребенка

Вот еще несколько советов родителям, чтобы коррекция прошла успешно:

1. Следите за своей речью — не картавьте, не заикайтесь специально. Говорите правильно, плавно произнося звуки, без ускорений и замедлений;

2. Если в окружении ребенка есть человек с нарушением речи, по возможности ограничьте их общение;
3. Не ругайте малыша за неудачи, на фиксируйте на них внимание. Лучше отвлеките его чем-нибудь: игрой, совместным рисованием. Попросите его помочь по дому — пусть он знает, что его ценят и в нем нуждаются;
4. Не зацикливайтесь на развитии речи — направляйте свое внимание и внимание малыша и на другие сферы: физическую активность, письмо. Возможно, у вашего чада есть какие-то таланты — помогите ему раскрыть их;
5. А вот успехи надо обязательно отмечать, но тоже без преувеличения. Не перехваливайте ребенка;
6. Помните, что в мире нет идеальных людей. Даже многие звезды, на которых мы любуемся и немного завидуем, имеют отклонения или проблемы со здоровьем. Но это не помешало им добиться успеха. Поэтому верьте в своего ребенка и поддерживайте его во всем. Этим вы очень ему поможете;
7. Как бы не хотели быстрее добиться результата, не перегружайте ребенка упражнениями и занятиями. Следите за его самочувствием, его расположением к занятиям.

При своевременном лечении заикания у детей, прикладывании усилий со стороны ребенка и его родителей, по данным разных авторов, прогноз благоприятный в 70 – 80% случаях и более.