**"Основные рекомендации родителям заикающихся детей"**

Заикание – это результат нарушения плавности речи, когда запинки, повторение и растяжение звуков и слогов сопровождается у детей мышечным напряжением – судорогой – речевого аппарата. У некоторых детей заикание что называется «висит на губах» и ребенок запинается на первых согласных звуках в словах, например: «Мммама, пппокажи мммне, что у тттебя ввв руках». При таком заикании малыш не может начать говорить слово, а вторая его часть получается легко, и малыш запинается в основном на начальных гласных. В легких случаях заикание встречается только в начале предложения, на первом слове, а дальше предложение проговаривается уже легко. Существует заикание, которое затрагивает более сложные речевые органы, и даже дыхание. Тогда ребенок заикается на гласных звуках, в начале, в середине и в конце слова. Такое заикание звучит как бы из глубины организма ребенка, затрагивая дыхание и всю артикуляцию.

В подавляющем большинстве случаев заикание возникает в раннем дошкольном возрасте,  в период активного развития речи. Чаще всего это происходит в 2-3 года. До этого времени практически невозможно продиагностировать эту проблему из-за недостаточного овладения ребенком речью. Как только родители заметили внезапно возникшее заикание у ребенка, необходимо немедленно показать его специалисту (детскому психоневрологу, психиатру, психологу или психотерапевту) и, объединив с ним свои усилия, направить все силы на устранение еще незакрепившегося дефекта.

*Основные рекомендации родителям заикающихся детей*

1. При остро возникшем заикании у ребенка первым делом нужно устранить травмирующую его психику ситуацию. Если это произошло в детском саду, нужно сделать все возможное, чтобы временно отказаться от посещения малышом детского сада. При этом нужно обеспечить домашний режим минимум на один-два месяца. Важно мобилизовать для этого всех членов семьи. Чем раньше принять соответствующие меры, тем быстрее удастся восстановить нарушенную плавность речи, тем благоприятнее прогноз.

2. Часто обращение с некоторыми людьми (чаще незнакомыми, но бывает и с некоторыми членами семьи) провоцирует у ребенка усиление запинок. Можно проанализировать и составить список ситуаций, в которых речь ребенка ухудшается, а также перечень тех людей, которые влияют на его эмоциональное состояние. Родителям важно организовать жизнь малыша так, чтобы свети до минимума такое общение.

3. Иногда для психики ребенка благотворна полная смена обстановки: переезд на дачу, к бабушке, поездка на какое-то время на море, в пансионат и т.п. Поездка в гости к знакомым может быть недостаточно целесообразна, так как может вызвать у ребенка дополнительное возбуждение от воспоминаний и радостных переживаний. Ехать лучше в нейтральное, спокойное место.

4. Дома родителям рекомендуется соблюдать щадящий речевой режим. Для этого важно создать спокойную доверительную атмосферу. Необходимо временно избегать ситуаций, которые чрезмерно возбуждают, смущают или расстраивают ребенка. Безудержное радостное возбуждение в такой период также противопоказано. Желательно отменить посещение зрелищных мероприятий или мест большого скопления людей – большие магазины, кинотеатры, рестораны и т.д. Лучше остановиться на прогулках в парке, сквере, подальше от детских площадок. В период восстановления речи важно изолировать ребенка от любых источников возбуждения и перевозбуждения.

5. В периоды ухудшения речи можно проводить режим молчания – игра в «Молчанку». Можно при этом разговаривать с ребенком жестами, объяснять «на пальцах».

6. Если заикание возникло в результате ревности к младшему брату или сестре, матери необходимо уделить достаточное внимание старшему ребенку, вовлечь его в совместные семейные дела. Можно дать ему на время вновь почувствовать себя маленьким. Если он захочет - дать ему давно забытые игрушки, даже соску (обыграть это), взять и поносить на руках как малыша. Через некоторое время это ему надоест, и он сам откажется от этой игры. Важно также пересмотреть в ситуациях ревности статус старшего ребенка в семье. Возможно, его сильно выключают из эмоциональных переживаний или перегружают незнакомой и новой для него деятельностью. На приеме у специалиста эти проблемы необходимо обсудить.

7. При чтении новых книг сначала лучше рассмотреть картинки, а потом родителю можно пересказать в свободной форме содержание книжки. Речь взрослого при пересказывании менее напряженная, чем при чтении вслух, и такого рода занятия носят более дружественный характер. Можно также придумывать и свои собственные истории. Что-то вроде сериала с продолжением. Такие занятия хорошо проводить перед сном.  
8. В период подготовки ко сну неплохо максимально ритуализировать занятия ребенка, то есть изо дня в день после ужина в одном и том же порядке совершать одни и те же действия. Например, убирать игрушки на место, купаться, рассказывать сказку или придуманную историю, петь колыбельную и т.д. Это облегчает засыпание.

9. Встречаются случаи нарушения речи, вызванные длительным просмотром телепередач: всевозможные «боевики», «фильмы ужасов», приключенческие телесериалы, многочисленные программы пагубно воздействуют на психику ребенка. А также негативно отражается на психику длительное влияние компьютерных игр. Ребенок сильно перевозбуждается, может возникнуть и заикание. Такое заикание может возникнуть в любом возрасте, как в дошкольном, так и в подростковом. Во время лечения необходимо, чтобы ребенок на какое-то время совсем воздержался от просмотра телепередач и компьютерных игр. Если это совсем невозможно (ребенок активно протестует), необходимо сокращение просмотра телепередач до 1-2 в день общей продолжительностью не более 30 минут в день. С очень маленькими детьми необходимо при просмотре телевизора присутствие взрослых.

10. Все общие усилия семьи и специалистов в период восстановления речи необходимо направить на то, чтобы помочь ребенку изменить манеру речи. Ребенок подражает речи взрослых окружающих его людей. Рядом в это время желательно чтобы не было заикающихся людей. Для самих взрослых необходимо проконтролировать свой темп речи. Постарайтесь говорить медленнее, чем обычно, растягивая слова. Говорить короткими предложениями без излишней эмоциональности, но и не монотонно, как робот. Медленно, но выразительно и употребляя в речи понятные и знакомые ребенку слова.

11. Эффективным бывает приучение малыша к настольным играм, лото, мозаике, занятиям кубиками, конструктором. Это не только успокаивает ребенка, но и развивает тонкую моторику пальцев рук, что тесно связано с развитием речи. Методы коррекции тяжелого заикания основаны на подобных приемах. Можно использовать в игре мелкие предметы: раскладывать пуговицы, нанизывать бусинки, перебирать ракушки, крупу и т.д.  
12. Рисование благотворно влияет на психику малыша. Творчески подходя к этому занятию, рисовать можно где угодно и чем угодно: мелом на асфальте, пальцем на запотевшем стекле, ладонью гуашевой краской и акварелью. Лучше для маленьких детей рисовать гуашевой краской большими кистями на больших листах бумаги разной формы и величины. Дети очень любят рисовать просто кончиками пальцев рук или всей ладошкой. Родители не всегда приветствуют такое творчество детей, обрекая их с раннего возраста на определенные штампы и шаблоны. Но психологическими исследованиями отмечено, что таким образом ребенок более полно выражает свое эмоциональное состояние.

13. Полезна для заикающегося ребенка и лепка из пластилина, глины и любой тягучей массы, сохраняющей формую. Глина более мягкая и податливая, а лепка из пластилина иногда вызывает у маленьких детей определенные физические трудности. Все эти спокойные игры нормализуют нервную систему ребенка, а также развивают и обогащают малыша.  
14. Успокаивают и снимают напряжение нервной системы ребенка игры с водой и песком. Организовать их летом нет никакой проблемы, а зимой снег заменяет песок и воду.

15. Для малыша с нарушением плавности речи полезно также петь и ритмично двигаться под музыку. Можно один раз в неделю всей семьей проводить специальные упражнения под музыку. Видеокассеты с такими занятиями есть в магазинах. Все занятия нужно проводить, играя с ребенком.

16. Многие заикающиеся дети разговаривают без запинок с игрушками, животными, маленькими детьми, или надев маски. Родителям важно поощрять это. Целесообразно придумывать различные спектакли, в которых ребенок играет роль самостоятельного, большого, храброго человека. При этом можно использовать маски различных животных и сказочных персонажей. Такие мини-спектакли психологи используют в технике игровой терапии, где снимают нервное напряжение у ребенка, его страхи, разрешают его внутриличностные конфликты.

17. Надо постараться удержать ребенка от речи, если он на грани истерики или плачет. Всхлипывание само по себе часто приводит к повторению слов и слогов и у незаикающихся людей. Важно сначала любым способом успокоить ребенка, отвлечь его чем-нибудь интересным, приласкать, взять на руки. Ребенок должен чувствовать, что мать всегда рядом и от всего его защитит.

18. Иногда дети, страдающие заиканием, употребляют в речи эмблы, то есть говорят короткие слова, вроде «а-а-а», «вот», «ну», «значит» и прочие. Несмотря на то, что эмблы сильно «засоряют» речь, – не стоит ругать его за это. Употребление эмблов удлиняет время высказывания, дает возможность лучше сосредоточиться, подготовить артикуляцию. Этим ребенок сам помогает себе справиться с запинками. Эмблы исчезнут, когда улучшатся речевые способности малыша.

19. Постарайтесь организовать жизнь ребенка так, чтобы его не надо было подгонять. Ведь мы стремимся к тому, чтобы он говорил медленнее, но это невозможно, если он все время слышит в жизни: «Быстрее, быстрее». Если вы очень торопитесь, оденьте или накормите ребенка сами. Дайте на завтрак то, что он ест охотнее, но не делайте жизнь ребенка еще более напряженной.

20. Дневной сон вне всяких сомнений полезен для детей. Но если ребенок отказывается спать днем, не надо делать из укладывания стрессовую ситуацию. Ваш ребенок может провести послеобеденное время, сидя в кресле, слушая знакомую сказку или кассету.

21. Заикающийся ребенок время от времени может крутить мелкие предметы в своих руках. Это в некоторой степени снимает его нервное напряжение, отвлекает от речевых трудностей. Можно даже дать ему в руки маленькую игрушку или кусочек пластилина.

22. Зачастую бабушки, гордые достижениями своих внуков, хотят их продемонстрировать перед окружающими. Не стоит заставлять ребенка читать стихи перед посторонними, петь песни и т.д., если он сам этого не захочет. С момента появления речевого дефекта, ребенок сам все чаще и чаще отказывается от подобных выступлений. И его отказ следует уважать.  
23. Замечено, что в семьях заикающихся детей часто встречается такое неблагоприятное сочетание, как завышенные требования к ребенку и обыкновение быстро говорить. В этих семьях на детей оказывается большое эмоциональное давление, желание, чтобы они соответствовали некоему высокому стандарту, из-за чего создается нестабильная конфликтная атмосфера.

24. Существуют десятки различных самостоятельных методов лечения заикания. Эффективными в настоящее время являются медикаментозная терапия, рефлексотерапия, массаж, гипноз, дыхательная и артикуляционная гимнастики, комплексы логопедических упражнений, функциональные тренировки речи в рамках тренинга общения и уверенного поведения, игровая терапия, арт-терапия, пальчиковая гимнастика, аутогенная тренировка, краткосрочная психоаналитическая терапия детей и подростков, современный психоанализ, различные виды психотерапии, работа с образами и сновидениями и многие другие техники и методики. Все эти методы сами по себе эффективны только временно, поэтому важным является комплексный подход – индивидуально направленная стратегия лечения и подбора методов, эффективных для каждого конкретного ребенка.

25. Заикающийся ребенок все время должен находиться под наблюдением логопеда и психоневролога.

*При составлении данной статьи использовались:* [*http://posobie.info*](http://posobie.info/)*; http://www.baby.ru*