Заикание у детей дошкольного возраста.

**«Замыкание» в речи.**

Возраст от 3-х до 4-х лет логопеды недаром называют критическим. На этом этапе у ребёнка наблюдается всплеск речевой активности. Развитие малыша идет столь бурно, что нервная система начинает «коротить». Это проявляется в поведении. Ребенок капризничает, устраивает истерики, проявляет агрессию. Таков его ответ на перегрузку.

В этот период важно создать малышу щадящий режим. Не переутомляйте его всевозможными зрелищами, развлекательными программами, спортивными секциями и курсами иностранных языков. Благими намерениями, как известно, вымощена дорога, сами знаете, куда. Результатом перегрузок будет куча болячек. В том числе и неврозы. Заикание – из их числа.

Некоторые родители незамедлительно включатся в полемику: «Знакомый педагог сказал, что в возрасте трех лет ребенок лучше всего усваивает иностранный язык! Надо же подумать о его будущем!». Конечно, трехлетка на лету схватывает особенности звукопроизношения, хорошо запоминает новые слова. Для него нет разницы «своё» это, или «чужое». Он весь в процессе говорения и словотворчества. Иностранный «как родной» дело, конечно, хорошее. Но надо учитывать индивидуальные особенности ребенка, состояние его здоровья. Если вы видите, что дитя после посещения детского сада выглядит усталым (там ведь тоже проводились занятия!), подумайте, стоит ли определять его на курсы английского языка или в спортивную секцию. Последняя, кстати, предпочтительнее для нервного и болезненного ребенка.

**Виды заикания у детей.**

В возрасте трех-четырёх лет заикание может проявить себя. Процент заикающихся детей невелик. Но велики психологические страдания, вызываемые этим недугом.

Существует несколько классификаций заикания. Самая распространенная – патогенетическая. В ней, соответственно, выделяется:

ЭВОЛЮЦИОННОЕ заикание, или ЗАИКАНИЕ РАЗВИТИЯ, возникающее у детей в период становления речи (от трех до пяти лет);

РЕАКТИВНОЕ (психогенное) заикание, появляющееся у подростков и взрослых на фоне психических заболеваний или нервных срывов;

СИМПТОМАТИЧЕСКОЕ заикание, сопутствующее органическим поражениям ЦНС (центральной нервной системы) в зрелом возрасте (заболевания головного мозга сосудистого, травматического или инфекционного характера).

Родителям надо знать как можно больше о первом виде заикания. Оно, в свою очередь делится на несколько форм. Разные авторы выделяют по-разному: от двух до пяти. Большинство склонно говорить о невротическом и неврозоподобном заикании, допуская при этом и смешанные формы, например, неврозоподобное заикание с невротическими наслоениями.

Родители, при желании, могут, конечно, попытаться определить форму и характер заикания у своего ребенка, но лучше, если это сделает специалист.

Итак, невротическое заикание возникает у детей 3-5 лет. Причем раннее речевое развитие крохи может быть без особенностей: гуление и лепет присутствовали, первые слова он произнес до года, фразу – в полтора, словарный запас пополнялся активно, звукопроизношение не вызывало особых опасений, и вдруг.… Это «вдруг» для родителей бывает как гром среди ясного неба. Но, если проанализировать общее развитие малыша, всегда можно обнаружить несколько тревожных «сигналов». Просто не все родители обращают на них внимание.\

**Причины возникновения заикания у детей.**

У каждого случая заикания есть своя «почва» (психофизиологические особенности человека, окружающая среда-социум) и «толчки»: какие-то события, провоцирующие это речевое расстройство.

* «Почва» (неблагоприятная):
* Нервные заболевания или психические расстройства в семье.
* Невропатические особенности самого ребенка: всевозможные страхи, энурез, повышенная утомляемость, раздражительность, эмоциональная лабильность.
* Конституционные особенности ребенка: слабость высшей нервной деятельности, болезненная ранимость, подверженность психическим травмам.
* Отягощенная речевая наследственность: заикание ближайших родственников, аномалии в строении речевого аппарата (расщелина неба, губы; челюстно-лицевые аномалии, укороченная подъязычная уздечка и проч.)
* Поражение центральной нервной системы в различные периоды жизни ребенка: внутриутробные и родовые травмы, энцефалопатия, инфекционное и травматическое поражение головного мозга в раннем детстве.
* Физическая ослабленность ребенка: «болячки» простудного и инфекционного характера, аллергия. Частые болезни не только подтачивают здоровье, но и «подталкивают» заикание. К тому же, ребенок во время лечебных процедур испытывает сильнейшие стрессы от уколов и прочих медицинских манипуляций. У него возникает «страх белых халатов».
* Ускоренное развитие речи. Да, да! Слишком бурно развивающийся процесс может быть со знаком «минус». В этом случае ребенок проявляет завидную активность. Речь у него не поспевает за мыслью, слов не хватает! Кроха начинает буквально захлебываться словами. Это, так называемый, полтерн. Во время него наблюдается повторение слогов, слов. Подобные гонки без тормозов могут привести к заиканию. Родителям надо потихонечку притормаживать своего болтунишку и переводить разговор в спокойное русло.
* Особенности деятельности головного мозга. У маленьких детей речевые зоны незрелы, а иногда и вовсе смещены. Это проявляется, в частности, в леворукости. Если родители насильно заставляют ребенка пользоваться правой рукой как ведущей, проблем не избежать! Грубое вмешательство в тонкие психические процессы вызывает сбой в работе речедвигательной системы и, - заикание.
* Скрытый психический дискомфорт. Взрослые предъявляют к ребенку завышенные требования. Очень часто родительское тщеславие не дает покоя. Так хочется продемонстрировать знакомым одаренность чада! Вот и заставляют кроху декламировать стихотворение со сложным текстом, повторять заумные фразы. А у малыша мышцы артикуляционного аппарата не готовы к нагрузке, да и соответствующие зоны головного мозга не созрели. Вот и случается срыв.
* Суровое воспитание. Им, как правило, грешат папы. Они считают, что железная дисциплина должна окружать малыша с детства: все – строго по расписанию, никаких скидок на возраст! Результат муштры бывает плачевный. Ребенок растет пугливым, зажатым. Он теряется, когда надо принять самостоятельное решение. А уж если и система наказаний казарменная, - это вообще катастрофа! Часто именно незаслуженное, или чрезмерное наказание является тем самым «толчком».
* Недостаточность эмоциональных контактов с близкими людьми. В таких семьях царит «ледяное безмолвие». Нет душевной теплоты, ласковых слов, нежных прикосновений. Занятым взрослым некогда поговорить с ребенком. Да и выслушать – тоже. Его обрывают на полуслове: «Нечего болтать! Без тебя голова болит!». Возникающая в таких случаях напряженность и «невысказанность» изо дня в день аккумулируется в ребенке. Она, чаще всего заканчивается истериками и заиканием.
* Недостаточно развитая моторика. Чувство ритма, темпа, слаженность мимико-артикуляционных движений – основа правильной, красивой речи. Если всему этому не уделялось внимание в раннем детстве, восполнить пробел на более поздних этапах речевого развития удается с трудом. Заикание – и есть следствие этих пробелов.

**Теперь перечислим основные «толчки»:**

- Кратковременные (одномоментные) психические травмы (испуг, страх, стресс, аффект, чрезмерная радость).

- Длительно действующая психическая травма (противоречивое, неровное воспитание; хронические конфликтные переживания; дискомфорт в отношениях с близкими людьми или сверстниками).

- Полиглоссия (одновременное овладение несколькими языками) или многоязычие (двуязычие) в семье.

- Психическая индукция. (Ребенок начинает специально заикаться, подражая кому-то, или это происходит непроизвольно, когда он слышит заикливую речь).

- Речь взрослых. Быстрая, нервная речь, громкий голос – сильнейший раздражитель. Малыш слышит «скомканные» слова, напрягается, волнуется, но ничего не понимает! Со временем его высказывания будут столь же сумбурны и неряшливы. Начнется полтерн, а от него в полушаге и – заикание.

Что же должно насторожить бдительных (но не мнительных!) родителей? Во-первых, всевозможные (и частые!) заболевания крохи на первом-втором году жизни. В этом случае в детской поликлинике обычно выносится вердикт: часто болеющий ребенок. Малыша отличает хрупкое телосложение, бледность, повышенная утомляемость. Во-вторых, невротические расстройства: страхи, повышенная возбудимость, и, как следствие, - нарушение сна, плаксивость. Такой крошка очень привязан к маме, он буквально прилипает к ней, боится остаться без её опеки даже ненадолго. Поэтому постоянно держит маму в поле зрения, и если теряет её из вида, разражается громким плачем.

Какой-то раздражитель (испуг, эмоциональное переживание, резкая смена обстановки, неурядицы в семье, наказание и т.д.), может «включить» механизм невротического заикания у ребенка. Оно будет усиливаться при общении с незнакомыми людьми, в непривычной обстановке, и становиться практически незаметным при общении с близкими. Поэтому родителям иногда даже кажется, что малыш просто «балуется», чтобы привлечь к себе внимание, и запинки стараются не замечать.

Сильный испуг может вызвать у ребенка со слабым типом нервной системы сначала потерю сознания или афонию (утрату голоса), а затем - заикание.

**Как лечить невротическое заикание.**

Родители должны знать, что настоящее заикание всегда сопровождается судорожными сокращениями мышц в том или ином отделе речевого аппарата. Причем, в тяжелых случаях, судорогой может сводить одновременно мышцы диафрагмы, шеи, лица, губ, языка. Ребенок моргает глазами, у него отмечаются синкинезии (сопутствующие движения) в конечностях. Попытка же произнести слово заканчивается полной неудачей.

Невротическое заикание можно и нужно устранять (лечить). Самое главное – не оставляйте без внимания первые запинки. Сразу же обращайтесь к невропатологу и логопеду. Если сделать это невозможно, то первое, что вы должны предпринять, - устранить психотравмирующий фактор и не заострять на речевом дефекте внимание ребенка. Держите себя в руках. Малыш не должен видеть ваше волнение и переживания по поводу запинок. В противном случае, его заикание только усилится. Не ведите в присутствии ребенка разговоров о его речевом дефекте, не заостряйте на нем внимание.

Следующий шаг – ограничить речевую активность крохи до минимума. Создайте так называемый «режим молчания». Не «тяните» малыша на речевой контакт, не принуждайте его говорить по поводу и без. Это тот случай, когда молчание – золото! Пусть отвечает односложно: «да», «нет». При таком режиме запинки будут постепенно «затухать» и стираться. Может быть, стоит перейти на жестовый язык. Придумайте игру «Молчанку». Пусть представит себя аквалангистом, рыболовом, пограничником, разведчиком и т.д.

Режим относительного молчания стоит ввести как минимум на две недели с момента возникновения первых запинок. Если после их появления прошел более длительный срок, «молчанка» продолжается не меньше месяца: до появления положительных результатов. Хочется ещё раз напомнить: это должно быть не принуждение ребенка к молчанию, а игра. Можно перейти на шепотную речь. Если ребенок будет пользоваться ей, то даже при сильном заикании в его речи не будет абсолютно никаких запинок!

Если вы видите, что малыш разговаривает со своими игрушками, и при этом заикание никак не проявляется (голос спокойный, запинок нет), не стоит прерывать эту игру и заставлять ребенка молчать или говорить шепотом!

При посещении ребенком дошкольного учреждения общего типа, соблюдать режим относительного молчания бывает проблематично. Поэтому, есть смысл кому-то из членов семьи взять отпуск и просто посидеть дома. Самое лучшее, если в этот период говорить будут, в основном, взрослые (но, не слишком утомляя при этом ребенка!). Их речь должна служить эталоном: выразительная, плавная, красивая. Почитайте крохе добрые старые сказки со счастливым концом, расскажите что-нибудь забавное. Обязательное условие: голос, интонация непременно спокойно-доброжелательные. Никаких бурных эмоций и криков! Времяпрепровождение у телевизора, у компьютера придется сократить до минимума. А, может быть, и вовсе исключить. Под запретом длительное пребывание на солнце и горячие ванны, азартные спортивные игры. Все это действует возбуждающе на нервную систему и усиливает запинки. Хороший результат дают: легкий расслабляющий массаж, теплые ароматные ванны с целебными травами (мята, шалфей), общение с природой, полноценный сон, рациональное питание и неукоснительное соблюдение режима дня.

Малыш, склонный к заиканию, нуждается не в многочисленных и суматошных речевых контактах, а в общении с самыми близкими и родными людьми. В логопедической практике было немало случаев, когда в результате неблагоприятных факторов (незаслуженных наказаний, испуга, развода родителей, потери близких), у ребенка возникало сильнейшее невротическое заикание. Любящие взрослые буквально в тот же день, схватив малыша в охапку, бежали за помощью к специалистам (логопеду, психологу, психоневрологу) и, получив необходимые консультации и первую помощь, брали отпуск, уезжали с ребенком на дачу, в деревню. Там окружали малыша вниманием, лаской, заботой. Через полтора-два месяца кроху было не узнать! Сменив обстановку и забыв о своих страхах и переживаниях, он «забывал» и о запинках. Подобный прием действует очень эффективно при возникновении первых («свежих») признаках заикания.

У ребенка с невротическим заиканием запинки становятся практически незаметными, когда он читает стихотворный текст, или поет песенку. Эти формы высказывания служат ребенку своеобразной палочкой-выручалочкой: помогают преодолеть нарушение темпа речи, задают определенный ритм высказыванию. Поэтому-то для коррекции заикания широко применяются вокальные упражнения, чтение стихов. Не поленитесь исполнить с заикающимся ребенком детские песенки, стихи. Или поставьте ему запись любимой песенки из мультфильма, пусть споет под музыку!

**Признаки неврозоподобного заикания.**

Неврозоподобное заикание подкрадывается исподволь, постепенно, в период от трех до восьми лет. Родители в таком случае не могут объяснить причину его появления: страхов не было, испуга – тоже.… В ходе беседы выясняется, что ребенок родился с родовой травмой, ему ставили диагноз «энцефалопатия», «задержка психо-речевого развития» (ЗПРР). У крохи может быть выявлена скрытая гидроцефалия (увеличение внутричерепного давления). К тому же, речь у такого малыша появляется с явным запозданием, в ней отмечаются многочисленные замены и искажения звуков. Нередко у ребенка встречается нарушение темпа речи по типу тахилалии (патологическое убыстрение темпа), или брадилалии (патологически замедленный темп речи), полтерн (прерывистый темп речи), итерации (повторы слов). Надо сказать, что дислалия (нарушение звукопроизношения) непременно сопровождает неврозоподобное заикание и на ее преодоление также приходится тратить немало сил и времени.

У детей с неврозоподобным заиканием часто бывает избыточный вес, неуклюжесть и скованность движений, вялая мимика, невыразительный голос, леворукость. Близкие обращают внимание на то, что любое заболевание вызывает у ребенка усиление запинок. Еще одна особенность такого малыша: он не переживает и не обращает (на первых порах) никакого внимания на свой речевой дефект и не очень-то стремится его преодолеть. В то время как ребенок с невротическим заиканием с самого начала сильно комплексует по поводу запинок и делает все, чтобы справиться со своими проблемами.

Неврозоподобное заикание может прекратиться, или заметно уменьшиться к 10-12 годам при благоприятной обстановке и при проведении своевременной коррекционной работы. Но оно же, на неблагоприятном фоне, особенно в переходном возрасте 12-16-ти лет, может перейти в неврозоподобное заикание с невротическими наслоениями…

**Релаксация как один из способов борьбы с заиканием**.

У заикающегося ребенка, как с невротическим, так и с неврозоподобным, должен быть определенный распорядок дня, включающий прогулки, дневной сон (обязательно!), 4-5-ти разовое полноценное питание и занятия-игры, направленные на преодоление заикания.

Заикающиеся дети часто подвижны, нервны. Их мышцы находятся в постоянном напряжении, что еще больше провоцирует судорожные проявления в дыхательно-артикуляционных органах. Снять это напряжение (гипертонус) просто необходимо! Научите своего ребенка расслабляться. Это достигается с помощью игр. Некоторые из них проводятся сидя на стульчике (расслабление мышц плечевого пояса, рук, шеи, живота, диафрагмы). Некоторые, - лежа на коврике. Начните с расслабления рук: кулачки сжать и полностью расслабить (несколько раз). А теперь пусть уронит руки «как плети», тоже несколько раз. Все это взрослый показывает и облекает в игровую форму. Следите при этом, чтобы не было напряжения в плечевом поясе, в шейном отделе. Точно так же проводится работа по расслаблению мышц ног, живота, шеи. Очень хорошо, если родители увлекаются спортом. Тогда они без труда подберут упражнения, в которых чередуется работа (по группам мышц) на напряжение и полное расслабление.

**Игры-перевоплощения в помощь для устранения заикания.**

Малыш с заиканием обожает перевоплощаться: представляет себя то птичкой, то зайчиком, а то и вовсе неодушевленным предметом. Это очень здорово! Так он избавляется от различных страхов и комплексов. Игры-перевоплощения помогают забыть о проблемах и справиться с запинкам. Поучаствуйте в этих играх и помогите малышу представить себя, например… маленьким китенком. Возможно, он уже видел, как киты выпускают фонтаном струю воды, всплывая на поверхность. Повторить нечто подобное будет несложно. Уложите чадо на ковер, положите под голову небольшую подушечку. Лежа на спине, малыш должен выдохнуть воздушный «фонтан». При этом его правая рука находится на животе в области диафрагмы. Крошка-китенок вдыхает носом воздух и одновременно втягивает животик, а затем медленно выдыхает через рот и выпячивает животик: «п-ф-ф-ф-…»:

Словно остров, кит плывет

В море-океане.

И купает всех подряд

Он в своем фонтане!

Повторите это забавное упражнение несколько раз. В конце его малыш должен полностью расслабиться и некоторое время полежать спокойно.

А теперь изобразите самовар. Кроха, сидя на стульчике, держит одну ладошку на животе, а другую – на груди. Вот он вдыхает носом воздух и максимально втягивает в себя животик, а затем медленно-медленно выдыхает воздух через рот. Животик в это время раздувается, словно шарик, мышцы животы расслабляются. Взрослый сопровождает эти действия словами:

Самовар кипит, самовар пыхтит:

П-ф-ф-ф…, п-ф-ф-ф-…, п-ф-ф-ф-…

Приглашает он гостей чай отведать поскорей:

П-ф-ф-ф…, п-ф-ф-ф-…, п-ф-ф-ф-…

Не забывайте при этом следить, чтобы плечи малыша не приподнимались!

Последние две игры-перевоплощения помогают снять спазм и судороги в области диафрагмы. Они учат ребенка и правильному диафрагмальному дыханию.

Расслабление мышц артикуляционного аппарата – отдельная тема. В этих мышцах чаще всего возникают судороги. Они могут локализоваться в губах, в языке, в мягком небе. Очень важно научить кроху преодолевать их спазм и напряжение. У детей в 3-4 года это достигается, естественно, с помощью игр. Ещё одно непременное условие – наличие зеркала. Берем за основу обычные артикуляционные упражнения. Например, «Улыбка». Кратковременно, но с большим усилием ребенок растягивает губки, и быстро их расслабляет: «Солнышко улыбнулось, и – спряталось за тучку, снова улыбнулось, и – спряталось» (несколько раз). Другое упражнение, «Хоботок»: «Слоненок потянулся за конфеткой и убрал свой хоботок». «Спрячем губки»: крепко сжали (спрятали) губы и – расслабили. «Сердитый котенок»: «Котенок рассердился и выгнул спинку (язык упирается кончиком в передние зубы и выгибается «горочкой»), а теперь он улегся спать». Очень важно, чтобы напряжение артикуляционных органов было кратковременным, но сильным, а расслабление – длительным. Это расслабление ребенок должен обязательно почувствовать и понять, как оно приятно. Почаще говорите это слово: «расслабились». После всех упражнений ребенок научится моментально на него реагировать. Выработается своего рода рефлекс, который будет незамедлительно убирать напряжение. Надеемся, у вас все получится!