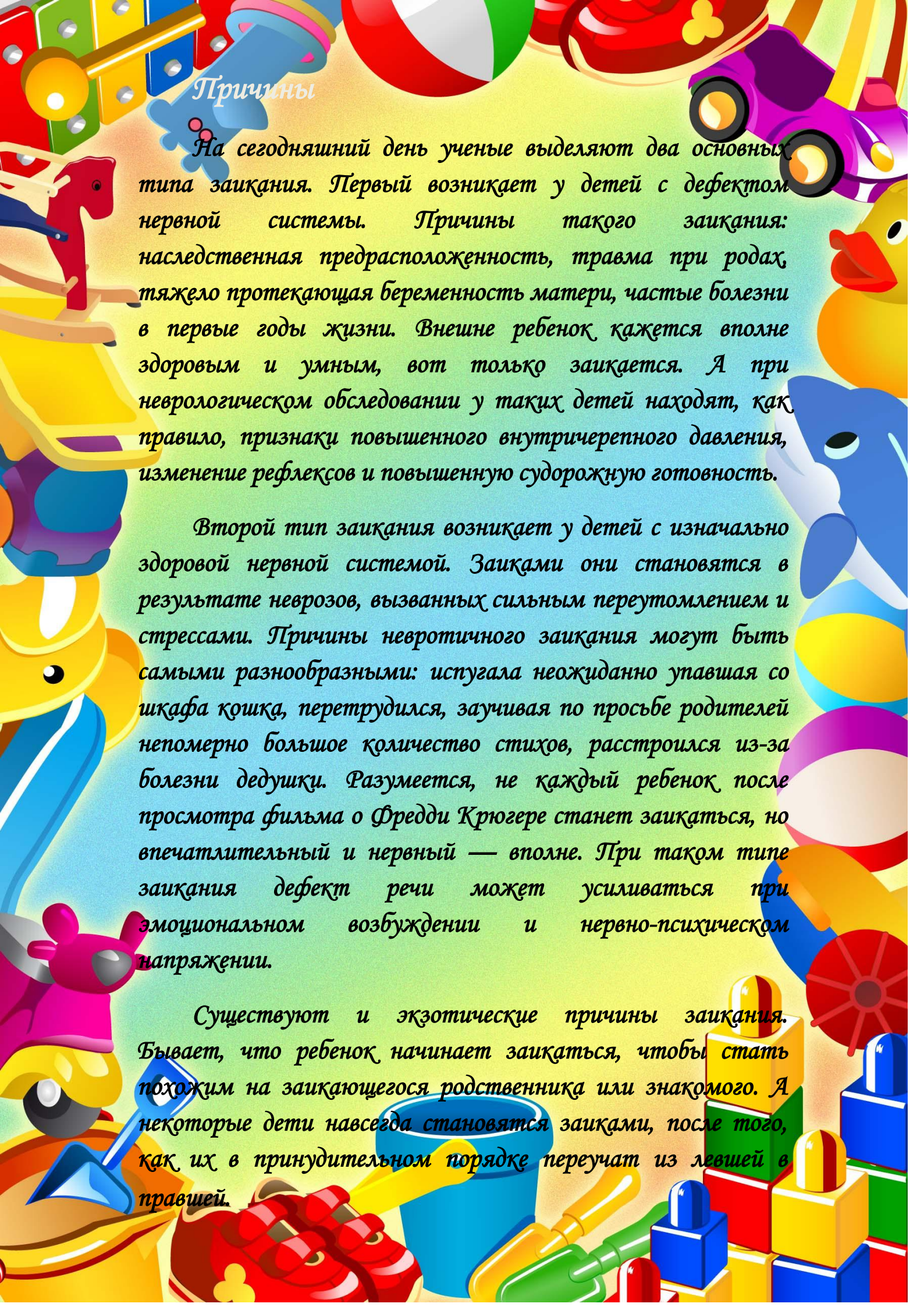


Заикание. Как быть?

Заикание — сложное нарушение речи, проявляющееся расстройством её нормального ритма, произвольными остановками в момент высказывания или вынужденными повторениями отдельных звуков и слогов, что происходит вследствие судорог органов артикуляции. Иными словами, заикание — это нарушение ритма и плавности речи, порождающее затруднения в устном общении.

В разных странах мира процент заикающихся неодинаков и зависит от некоторых национальных черт, например, от особенностей темперамента, определяющих в известной мере такие характеристики языка как темп, ритм, расстановка пауз, интонация. В Европе число заикающихся уменьшается с запада на восток: у французов - 5,7 %, у немцев — 2%, у русских — 1,2%. Чаще всего заикание возникает у детей в возрасте от двух до пяти лет, причем мальчики страдают этим дефектом речи в 4 раза чаще девочек. Очень важно не пропустить первые признаки заикания: речь ребенка неуверенная, неплавная, с частыми повторами слов, сопряжена с видимым напряжением и часто расстраивает его. Иногда малыш внезапно замолкает и вовсе отказывается говорить. В таком случае необходимо срочно обратиться к логопеду. Наивысшего развития заикание достигает обычно в юношеском возрасте, а после 30 лет начинает ослабевать.

Любые нарушения речи, в том числе заикание, лучше всего удастся скорректировать при максимально раннем начале лечения. В настоящее время разработано множество методик лечения заикания — от лекарственных препаратов и иглоукалывания до специальных антизаикательных устройств и компьютерных программ.

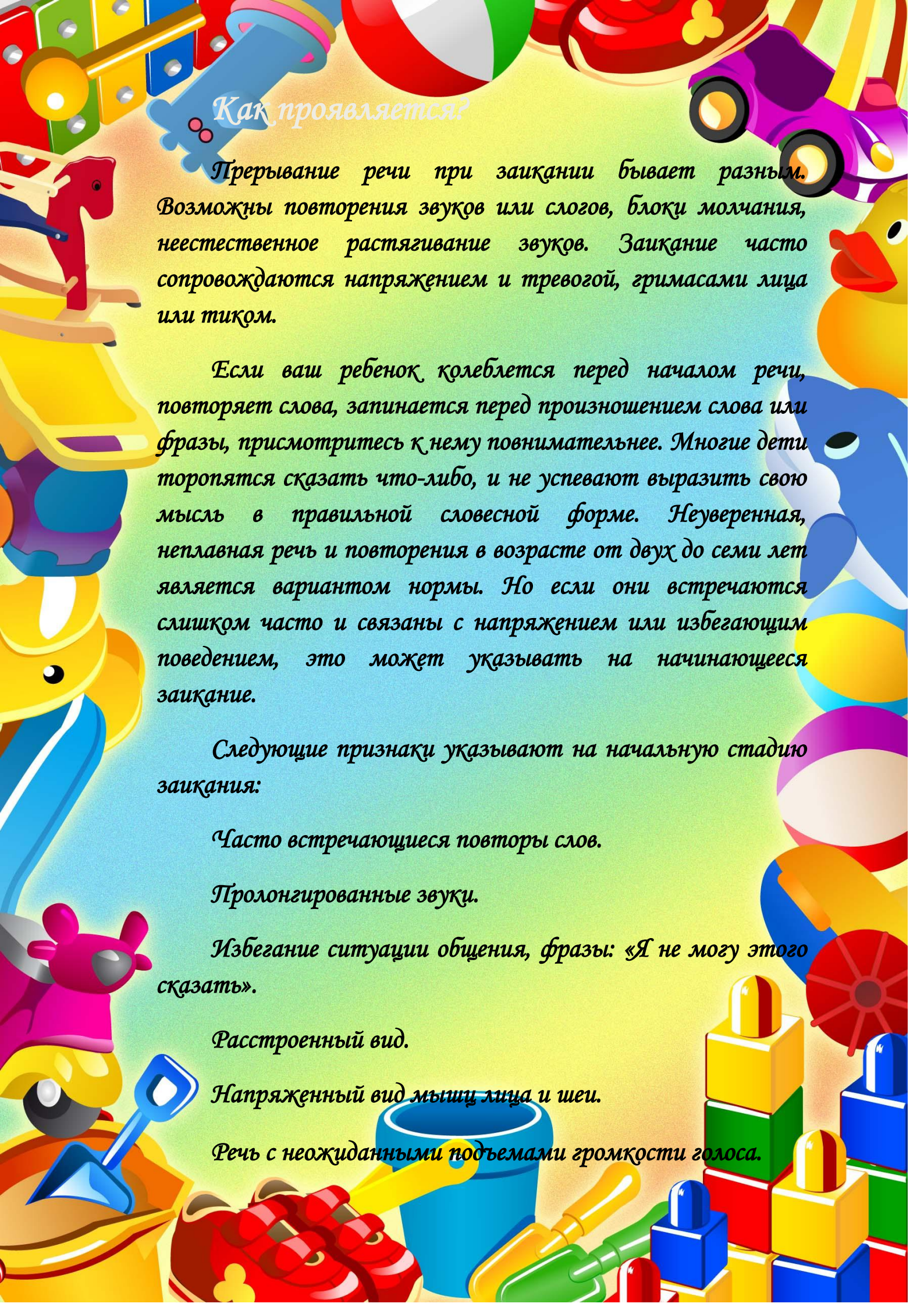
The background of the page is a vibrant, colorful collage of various children's toys. In the top left, there's a wooden rocking horse. To its right are colorful building blocks. In the top right, a purple toy car is visible. Below the car, there's a yellow rubber duck. On the right side, a blue dolphin-shaped toy is partially visible. At the bottom, there are more building blocks, a red toy car, and a blue bucket. The overall theme is childhood and play.

Причины

На сегодняшний день ученые выделяют два основных типа заикания. Первый возникает у детей с дефектом нервной системы. Причины такого заикания: наследственная предрасположенность, травма при родах, тяжело протекающая беременность матери, частые болезни в первые годы жизни. Внешне ребенок кажется вполне здоровым и умным, вот только заикается. А при неврологическом обследовании у таких детей находят, как правило, признаки повышенного внутричерепного давления, изменение рефлексов и повышенную судорожную готовность.

Второй тип заикания возникает у детей с изначально здоровой нервной системой. Заиками они становятся в результате неврозов, вызванных сильным переутомлением и стрессами. Причины невротичного заикания могут быть самыми разнообразными: испугала неожиданно упавшая со шкафа кошка, перетрутился, заучивая по просьбе родителей непомерно большое количество стихов, расстроился из-за болезни дедушки. Разумеется, не каждый ребенок после просмотра фильма о Фредди Крюгере станет заикаться, но впечатлительный и нервный — вполне. При таком типе заикания дефект речи может усиливаться при эмоциональном возбуждении и нервно-психическом напряжении.

Существуют и экзотические причины заикания. Бывает, что ребенок начинает заикаться, чтобы стать похожим на заикающегося родственника или знакомого. А некоторые дети навсегда становятся заиками, после того, как их в принудительном порядке переучат из левшей в правшей.



Как проявляется?

Прерывание речи при заикании бывает разным. Возможны повторения звуков или слогов, блоки молчания, неестественное растягивание звуков. Заикание часто сопровождается напряжением и тревогой, гримасами лица или тиком.

Если ваш ребенок колеблется перед началом речи, повторяет слова, запинаясь перед произношением слова или фразы, присмотритесь к нему повнимательнее. Многие дети торопятся сказать что-либо, и не успевают выразить свою мысль в правильной словесной форме. Неуверенная, неплавная речь и повторения в возрасте от двух до семи лет является вариантом нормы. Но если они встречаются слишком часто и связаны с напряжением или избегающим поведением, это может указывать на начинающееся заикание.

Следующие признаки указывают на начальную стадию заикания:

Часто встречающиеся повторы слов.

Пролонгированные звуки.

Избегание ситуации общения, фразы: «Я не могу этого сказать».

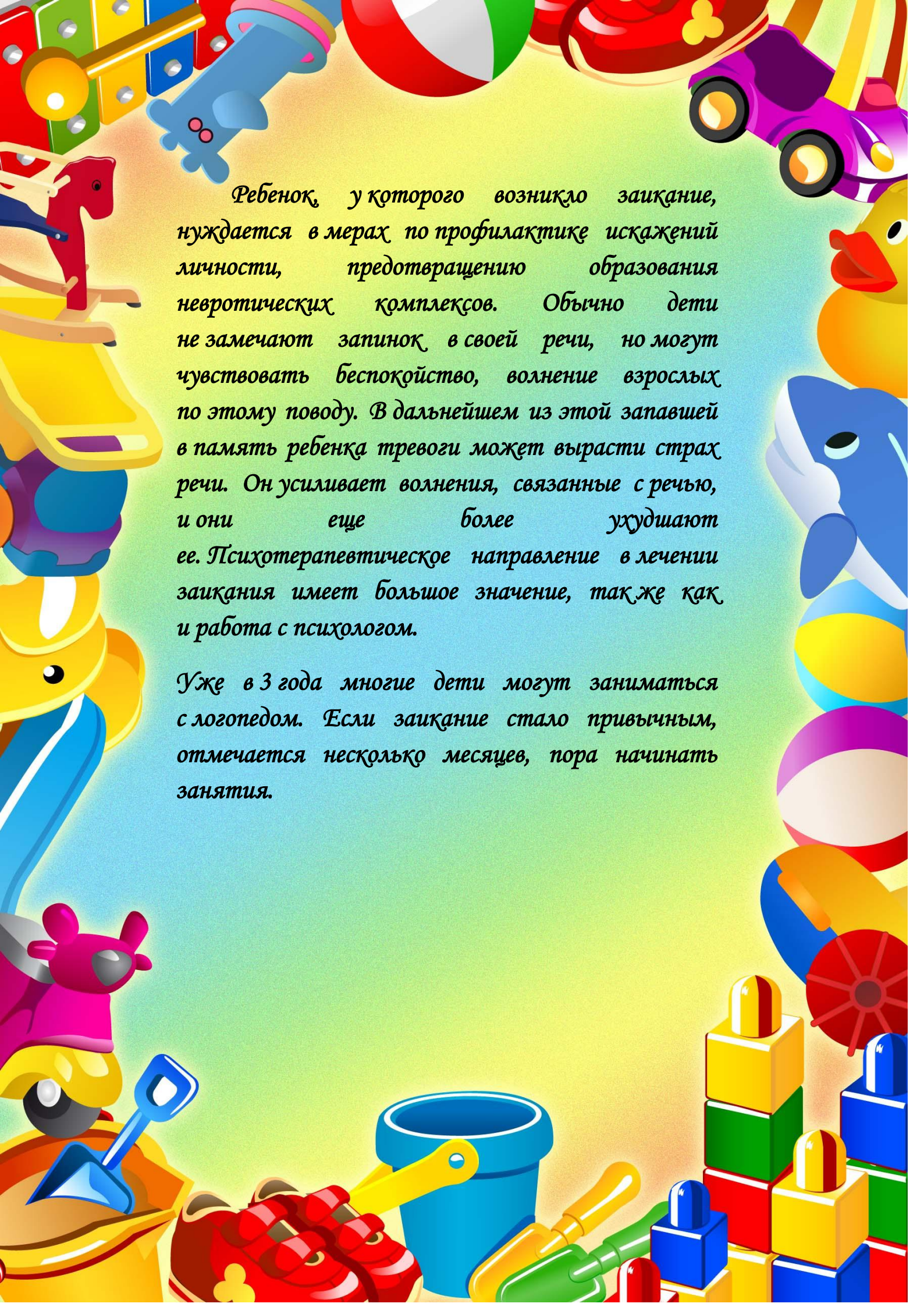
Расстроенный вид.

Напряженный вид мышц лица и шеи.

Речь с неожиданными подъемами громкости голоса.



Лечение при заикании нужно начинать немедленно, как только оно возникло — в начальной стадии. Острое заболевание лечить всегда легче, чем хроническое. И лечение обязательно должно быть комплексным. Заикание — проявление неустойчивости процессов нервной деятельности или органического поражения нервной системы. Его невозможно преодолеть без лечения нервной системы. Исходя из состояния нервной системы, врач-психоневролог назначает необходимые лекарства. Медицинские препараты подбираются индивидуально для каждого ребенка, однозначной, подходящей для всех схемы лечения не существует. Иногда необходимые ребенку лекарства «угадываются» не сразу, подбор может занимать 2-3 месяца. Заикающийся ребенок должен наблюдаться у врача не только в период прохождения курса лечения, но и достаточно долго, иногда 2-3 года, уже после того, как речь нормализуется. Связано это с тем, что несмотря на избавление от запинок, уровень адаптивных возможностей центральной нервной системы ребенка остается низким, а значит, возможен рецидив заикания, особенно в кризисные периоды развития ребенка. Безусловно, медикаментозные назначения, сделанные врачом, необходимо строго выполнять.



Ребенок, у которого возникло заикание, нуждается в мерах по профилактике искажений личности, предотвращению образования невротических комплексов. Обычно дети не замечают запинок в своей речи, но могут чувствовать беспокойство, волнение взрослых по этому поводу. В дальнейшем из этой запавшей в память ребенка тревоги может вырасти страх речи. Он усиливает волнения, связанные с речью, и они еще более ухудшают ее. Психотерапевтическое направление в лечении заикания имеет большое значение, также как и работа с психологом.

Уже в 3 года многие дети могут заниматься слогопедом. Если заикание стало привычным, отмечается несколько месяцев, пора начинать занятия.

Физкультура и оздоровление при заикании

При заикании полезны оздоровительные мероприятия. На речь заикающегося влияет все: и психическое, и физическое состояние организма. Практически любые болезни ослабляют организм и могут «сбивать» речевые зоны мозга с режима работы. Ребенок, вынужденный весь день проводить в душном, часто тесном помещении, принуждаемый к малоподвижности, отучается по-настоящему полноценно дышать и двигаться. Чтобы защитить ребенка и от возможных простуд, и укрепить его здоровье, нужно вспомнить о такой простой и доступной вещи, как закаливание. Что и в какой последовательности делать, лучше обсудить с врачом. Очень хорошо, если вы присоединитесь к ребенку, покажете ему пример. И, конечно, никакого обливания сквозь слезы или принудительного моржевания. «Здоровье любой ценой» — точно не подходящий для вас путь. Главное, чтобы вы и ваш ребенок получали при этом удовольствие, и от самих процедур, и от общения друг с другом.

Кроме того, вы должны следить, чтобы у ребенка постоянно была физическая нагрузка. Именно физическому развитию мы уделяем слишком мало времени, предпочитая тихие, малоподвижные интеллектуальные игры и развлечения, и не удивительно — двигаться нам самим не очень хочется. Для заикающегося ребенка полезна нагрузка, состоящая в ритмизированном поочередном использовании конечностей (ходьба, бег, плавание, велосипед, ритмические танцы и т.п. — до ощутимой усталости, но не до изнеможения). Занятия должны проходить не очень далеко от дома, регулярные поездки осенью и зимой в общественном транспорте могут свести на нет всю вашу заботу о здоровье ребенка.



Особый подход к ребенку

При внезапно возникшем заикании специальные логопедические занятия, улучшающие речь ребенка, обычно не проводятся. В этом случае необходимо срочно создать условия для нормализации эмоционального состояния ребенка, особенно, если после испуга ребенок какое-то время молчал. Само по себе ровное, спокойное, доброжелательное общение с ребенком — необходимое условие для лечения заикания. Успех в преодолении заикания во многом определяется поведением родителей, их готовностью изменять прочные, но неэффективные стереотипы, сложившиеся в отношениях с ребенком. Часто, когда необходимо вылечить заикание у ребенка, начинать надо с себя.

Прежде всего, не паниковать, ни в коем случае нельзя показывать свою озабоченность по поводу заикания и даже употреблять при ребенке само слово «заикание». Нельзя требовать от ребенка плавной речи, стыдить и наказывать его, сообщать ребенку, что он «сказал плохо», и не просить, чтобы он «сказал хорошо». Никогда не просить вдохнуть побольше воздуха, а потом говорить. Вдох должен быть рефлекторным, неосознаваемым. И, конечно, недопустимы передразнивания и насмешки.

