



Як попередити заїкання?

Заїкання – це порушення темпу та ритму мовлення внаслідок судом, що виникають у м'язах артикуляційних органів (язика, губ, м'якого піднебіння), голосових зв'язках, органах дихання (судомний видих чи вдих).

Це порушення мовлення досить поширене серед дітей різного віку.

Досить корисним прийомом подолання заїкання одразу ж після його виникнення є організація режиму цілковитого мовчання упродовж 3 – 5 днів. На цей час слід збільшити час сну (з обов'язковим денним сном), у приміщенні не має бути жодних сильних подразників (телевізора, радіо, яскравих іграшок, світла тощо). Харчування повинно бути легким, але поживним, насиченим вітамінами групи В. Рекомендовано відмінити будь-які заняття. Атмосфера має бути максимально доброзичливою.

Ці заходи необхідні для того, щоб заїкання не закріпилося у дитячому мовленні. Дитина має забути про випадок, пов'язаний із виникненням заїкання та про саме заїкання.

Основні правила мовлення при заїканні:

- подумай про те, що хочеш сказати, перш ніж почати говорити;
- початок фрази слід говорити трохи тихіше та повільніше;
- вдих і видих під час мовлення треба робити через рот;
- вдих має бути коротким, але не різким, а видих – довгим і плавним, безшумним;
- зробивши вдих, слід одразу, але плавно починати говорити;
- ніколи не слід говорити на вдихові;
- голосні звуки, особливо наголошені, слід говорити чітко, а приголосні легко і без притиску;
- речення слід ділити на короткі ритмічні відрізки, кожен з яких вимовляється немовби зливо, як одне слово;
- не слід напружуватися під час розмови, постава має бути невимушеною.

Для попередження заїкання необхідно:

- правильно організувати режим дня дитини;
- своєчасно лікувати гострі і хронічні захворювання;
- створити навколо дитини теплу доброзичливу атмосферу;
- забезпечити нормальне спілкування дитини з дорослими та однолітками;
- стежити, щоб мовлення оточуючих було неквапним, плавним, правильним і чітким;
- звертати увагу на те, щоб дитина говорила достатньо широко відкриваючи рот, не дуже голосно, не поспішаючи;
- не допускати прискороного мовлення дитини (таке мовлення нерідко свідчить про підвищену збудженість, слабкість нервової системи);
- обережати дитину від контактів із людьми, які заїкаються;
- застерігати малюка від психічних та фізичних травм, бурхливих проявів гніву та радощів;
- не завантажувати мовлення дитини; не вимагати вимовляти складні фрази, незнайомі й незрозумілі слова, заучувати дуже багато віршів, складних за змістом і формою;
- частіше читати їй, просити переказувати прочитане;
- не завантажувати дитину зайвими враженнями, які викликають емоційну напругу;
- не дозволяти довго дивитись телевізор, грати у комп'ютер;
- не розповідати дитині перед сном страшних казок, хвилюючих історій;
- не залишати дитину одною, якщо вона боїться тощо.

Корекція заїкання – досить складний і тривалий процес, а тому слід пам'ятати, що цьому порушенню легше запобігти, аніж його виправити!