

## Заикание

*нарушение речи, для которого характерно частое повторение звуков, слогов и слов либо их удлинение. Также имеется частая остановка и нерешительность в речи, разрывающие её ритмичное и плавное течение.*

*Синоним заикания — логоневроз (навязчивый страх общения).*

**Если вы недавно заметили, что ваш ребёнок начал заикаться**, необходимо создать ему режим максимального речевого и эмоционального покоя, т.е. оградить его от дружеского общения со сверстниками, от посещения гостей, а также от посещения учебных заведений. Одновременно всем членам семьи обязательно нужно перейти на замедленный темп речи. Волей-неволей этот темп передастся и ребёнку, запинки исчезнут. Есть смысл срочно сменить обстановку и создать ребёнку "курортные условия". Поездка в санаторий, на море или на дачу, общение с природой, физические нагрузки на свежем воздухе, полноценное питание и строгий режим дня могут благотворно сказаться на речи ребёнка, и по возвращении о заикании можно будет забыть. Приложите максимум усилий первые пару месяцев, и проблема будет решена. В противном случае придётся учиться с ней жить. Что значит учиться жить с заиканием? Заикающегося учат говорить, не заикаясь. При этом больной не перестаёт быть заикающимся, но ежесекундно контролирует свою речь. Для того, чтобы говорить плавно, существуют специальные техники, и логопед учит ими пользоваться. Также существуют портативные технические средства, позволяющие корректировать темп и ритм речи.

**Ниже представлены некоторые упражнения**, которые родители могут делать дома с детьми, помогая им тем самым преодолеть недуг.

1. Игры в молчанку. Целью этих игр является создание ребёнку так называемого режима молчания. Фантазируйте, насколько сможете, чтобы убедить ребёнка в необходимости молчать. Например, придумывайте "подводные" сюжеты, где нельзя открывать рот, чтобы не захлебнуться.
2. Расслабляющий массаж лица, шеи, плечевого пояса. Легко поглаживайте ребёнка, сопровождая поглаживания ласковыми словами. Произносите их тихо, медленно, нараспев. Закончите массаж словами: "Напряженье улетело и расслаблено всё тело".
3. Счёт до 10 с постепенным увеличением количества числительных, произносимых на одном выдохе. Например: одииин (растягиваем гласный), одиндваааа, одиндватрииии, одиндватричетыыыыре, одиндватричетырепяааааат и т.д.
4. Логоритмические упражнения, т.е. движения с речью. Попробуйте разучить с ребёнком следующие строки, сопровождая их движениями. "Мы ногами топ-топ-топ, мы руками хлоп-хлоп-хлоп, и туда, и сюда повернёмся без труда" Можно приобрести диск Сергея и Екатерины Железновых "Весёлая логоритмика".
5. Игры с песком, водой, мозаикой, конструктором, рисование красками с речевым сопровождением своих действий.
6. Упражнение парадоксальной дыхательной гимнастики Стрельниковой "Пожар"("Собака"). Необходимо войти в роль собаки, учуявшей носом гарь. Взрослый повторяет вслух слова опасности: "Гарь! Горит! Огонь! Тревога!" Дыхание прерывистое, вдохи резкие и короткие, крылья носа активно задействованы, голова поворачивается из стороны в сторону.
7. Упражнение "Игра на пианино" для синхронизации работы ведущей руки и речевого аппарата. Расслабленная ведущая рука (у правшей--правая) лежит на любой поверхности, например, на столе. Начиная от большого пальца, по очереди, по направлению к мизинцу, имитируем игру на клавишном инструменте. Вместо извлекаемых из пианино звуков произносим цепочки слогов (ма-мо-му-мы-мэ, па-попу-пы-пэ). При этом строго следим, чтобы "нажатие клавиши" на доли секунды опережало произнесение слога, а не наоборот. Когда слоговые цепочки будут отработаны, можно, играясь, начинать таким же образом произносить слова и короткие фразы.
8. Просмотр предметных картинок с использованием сначала сопряжённой, а потом отражённой речи. Подберите 10-20 предметных картинок с несложными названиями изображённых предметов. Медленно проговаривайте слова, растягивая их таким образом: паровооооз, книииига, машиииина, зеееееркало и т.д. Просите ребёнка повторить слово так же, как это делаете вы. По мере успеха переходите к сюжетным картинкам и просите ребёнка повторить за вами уже не слово, а предложение из двух слов. Паровоз пыхтиииит. Книга упааааала. Машина еееедет. Зеркало разбииииилось.

Помните, чем раньше принять коррекционные меры, тем выше вероятность того, что заикание будет побеждено. В любом случае, идёт ли речь о полном избавлении от недуга или о контроле своей речи, заикающегося можно научить говорить, не заикаясь, нужно только обратиться к грамотному специалисту.