«Об этом не стоит даже заикаться!»

Каждому хочется, чтобы его речь была чистой, голос поставленным, а мысли ясными. Но нередко встречается такое, что в голове у человека все звучит гладко и понятно, а на деле окружающие с трудом понимают, что он пытается сказать. Скорее всего, вы уже поняли, что сегодня речь пойдет о заикании.

Итак, что же это такое? Заикание – это нарушение речи, которое характеризуется частым повторением или продлением звуков, слогов, слов, частыми остановками или нерешительностью в речи, разрывающей её ритмическое течение.

Всемирный день заикающихся отмечается ежегодно 22 октября. Согласно данным Международной ассоциации заикающихся людей (ISA), около 1% населения мира страдает от заикания.

Это довольно непредсказуемое заболевание. Оно может пройти через некоторое время без лечения и особой коррекции, а может остаться до взрослых лет, несмотря на постоянные походы к врачам.

Как отмечает логопед высшей категории, директор ассоциации логопедов Тюменской области, доцент кафедры дефектологии и возрастной физиологии ИПиП ТюмГУ Галина Михайловна Криницына, речевые нарушения требуют комплексной медицинской логопедической и дефектологической диагностики и коррекции.

Причин запинок в речи довольно много. К самой распространенной относится психологическая травма, поэтому порой при лечении заикания следует для начала обратиться к психологу, чтобы избавиться от таких «подводных камней», как страх, тревожность, неуверенность в себе.

Когда психологические вопросы закрыты, можно обратиться к логопеду, чтобы поработать над восстановлением дыхания, артикуляцией, дикцией и выразительностью речи.

К сожалению, «волшебной пилюли» от заикания не существует. В каждом конкретном случае необходим индивидуальный подход к лечению, которое назначает невролог, психоневролог и логопед с помощью различных методик.

Для более взрослого поколения важны занятия с логопедом и психологическая коррекция, которая может включать индивидуальные и групповые занятия, гипноз, психотерапию, различные компьютерные занятия.

Если вы заметили, что ваш ребенок начал заикаться, то до обращения к специалистам придерживайтесь трех правил:

- Сделайте так, чтобы ребенок как можно меньше неправильно говорил. Постарайтесь отвлечь его играми, рисованием, просмотром мультфильмов – создайте речевую паузу.
- Говорите медленно. Пусть все члены вашей семьи тщательно и правильно проговаривают слова, чтобы ребенок привык изъясняться так же.
- Не говорите с ребенком о заикании! Делайте вид, что ничего страшного не происходит, чтобы у него не сформировался комплекс вины.

К профилактическим методам можно отнести отказ от вредных привычек во время беременности и регулярное наблюдение у врача, а также выполнение рекомендаций по образу жизни, лечению сопутствующих заболеваний. После рождения ребенка важно сформировать спокойную и благоприятную атмосферу дома, избегать эмоциональных и физических перегрузок, а также отслеживать любые изменения в речи ребенка, чтобы вовремя обратиться к логопеду.

Есть множество методик по лечению заикания, например, дыхательная гимнастика Стрельниковой.

Больше информации – можно прочитать в статье “Дыхательная гимнастика при заикании: зачем нужна и как делать?”.

К профилактическим методам можно отнести отказ от вредных привычек во время беременности и регулярное наблюдение у врача, а также выполнение рекомендаций по образу жизни, лечению сопутствующих заболеваний. После рождения ребенка важно сформировать спокойную и благоприятную атмосферу дома, избегать эмоциональных и физических перегрузок, а также отслеживать любые изменения в речи ребенка, чтобы вовремя обратиться к логопеду.

Для лечения заикания недостаточно только ходить к врачу. Очень важно верить в себя и свои силы, а также заручиться поддержкой окружающих. Главное помнить – у вас обязательно получится, особенно если сильно захотеть!

Источник: МЕДИНФО 72.