**Если ребёнок начал заикаться…**

**Функциональное заикание** - это очень частое явление, которое возникает у детей, как правило, в возрасте от 2 до 5 лет, в период становления речи. Разумеется, причины у Ф.З. всегда есть. Их может быть много, или несколько, или всего одна. Но все они сопряжены с повышенным эмоциональным фоном в состоянии ребенка на данном отрезке времени. Этот фон может быть как отрицательным, так и положительным. Поэтому Ф.З. очень часто возникает у эмоциональных или ранимых, чувствительных детей.

 Основная причина возникновения функционального заикания состоит во временной несогласованности работы полушарий мозга; запинки, повторы и другие признаки начинающегося заикания являются следствием повышенного тонуса двигательного речевого центра. В большинстве случаев заикание усиливается при общении, при необходимости быстро реагировать на вопросы или желании ребенка побыстрее высказать свою мысль; оно часто пропадает при разговоре ребенка наедине с собой, или даже при выступлении на сцене...

 Причиной заикания может являться насильственное угнетение "слабого" полушария мозга (например, при переучивании левши или амбидекстра).

 Отличие функционального заикания от настоящего логоневроза состоит в том, что функциональное заикание связано с кратковременным дисбалансом в работе полушарий мозга и носит временный характер (хотя и может при неправильном подходе перерасти в логоневроз); наличие же устойчивого логоневроза обусловлено, как правило, генетическими патологиями в развитии мозга, логоневроз может возникнуть как сопутствующая проблема в результате других серьезных заболеваний.

 Также причинами воникновения Ф.З. являются:

-неправильная речь окружающих взрослых (также неправильные способы общения с ребенком: перебивание, недослушивание, одномоментная речь нескольких взрослых, множество вопросов и пр.)

-стрессовая ситуация (как постоянная стрессовая ситуация, так и единичный случай или эпизод из жизни; стресс может быть и "положительно окрашенным" - например, поездка в Дисней-ленд)- в этом случае не стоит "добиваться истины", выяснять у ребенка "может, что-то произошло в детском саду?", "может, тебя кто-то испугал или обидел?" - подобные выяснения обстоятельств могут только усугубить ситуацию. Не следует посещать зрелищные мероприятия до 6 лет.

 **Самое главное:** функциональное заикание проходит при своевременном и правильном - аккуратном - вмешательстве родителей. Если вы сразу начали предпринимать верные действия, то заикание пройдет через две недели - именно за этот срок обычно восстанавливается баланс в работе головного мозга. Если найти правильные подходы удалось не сразу, то на устранение Ф.З. может уйти от 3-4 недель до 3-4 месяцев. Иногда даже при полном бездействии со стороны родителей Ф.З. проходит "само". Но чаще - если ситуация, которая спровоцировала Ф.З. не исчезает, - Ф.З. закрепляется.

 **Что важно:**

1. Понаблюдать и выявить ситуации, в которых заикание проявляется особо явно или усиливается - может быть, это какая-то повторяющаяся ситуация (например, заставляют есть суп) или появление какого-то человека (даже любимого!). Этого человека и ситуацию вместе с ним необходимо устранить из жизни ребенка как минимум на две недели.

2. Желательно так организовать общение, чтобы ребенок больше молчал, разговаривал по минимуму. Не задавайте ему сложных вопросов, пусть отвечает "да", "нет". Всегда выслушивайте его ответ, НЕ ПЕРЕБИВАЯ, и смотрите ему в лицо, когда разговариваете с ним.

3. Речь взрослого должна быть безукоризненной - четкой, ясной, достаточно громкой. Предложения должны быть короткими и понятными. Говорите МЕДЛЕННО.

4. Как минимум две недели нужно избегать различных зрелищ, повышенных эмоций, впечатлений, мультики - только такие, где мало разговаривают (и ни в коем случае не диснеевские "экшн"!), побольше музыки, рисования. Рисовать, кстати, хорошо одновременно двумя руками, даете ребенку фломастеры в обе руки и пусть рисует симметричные узоры, бабочек, цветы и т.п. - это синхронизирует работу полушарий. А если делать это еще и под красивую музыку, то совсем хорошо.

5. **Исключить игрушки с мигалками и сиренами.**

6. Стоит ли говорить, что детей с признаками левшества и амбидекстрии ни в коем случае нельзя заставлять пользоваться правой рукой, или отчитывать за "леворукость". Ситуация угнетения более слабого полушария и блокировки доминантного еще больше увеличивает межполушарный дисбаланс, и результатом может явиться усилившееся заикание.

 Часто функциональное заикание возникает у "продвинутых" в интеллектуальном плане детей, у детей с хорошо развитой (опережающей возрастные нормы) речью, у двуязычных детей. Т.е., если можно так выразиться, мышление опережает физиологические возможности ребенка, физиология как бы "не догоняет". Чтобы вернуть необходимый баланс в работе мозга, важно не концентрировать ребенка на этой проблеме - очень хорошо, если он сам не придает большого значения этому заиканию и вы старайтесь не делать из этого трагедии - многие родители, к слову, вообще не замечают у своих детей функционального заикания:-) - и это гораздо лучше лишней суеты.

 Режим, слушание музыки (восприятие хорошей музыки способствует синхронизации полушарий в работе мозга), никаких новых впечатлений (ни плохих, ни хороших) - все войдет в норму. Еще раз хочу обратить ваше внимание на невероятно целительное воздействие музыки. Разумеется, музыка не всякая подойдет. Но можете не сомневаться в Моцарте, Вивальди, Чайковском, Шопене, Равеле. Берите произведения мажорных тональностей и темпов средней подвижности.

 Смотрите список "полезной" музыки в разделе "Музыка и мозг ребенка".

 Если заикание приобретает хроническую форму и длится продолжительное время или периодически проявляется в результате провоцирующих обстоятельств, то есть основания говорить о наличии устойчивого логоневроза. Для лечения его необходима помощь НЕЙРОПСИХОЛОГА.

Очень многим знаменитым людям удалось справиться с проблемой заикания; более того, профессии этих людей были непосредственно связаны с речевой сферой: Демосфен (блестящий оратор), Наполеон (выдающийся полководец), Уинстон Черчилль (знаменитый премьер-министр Великобритании, красноречивый политик, у которого, к слову, и дислексия была), Мэрилин Монро (красавица-актриса, кумир не одного поколения) и многие другие...

**Памятка родителям:**

Как правило, заикание наблюдается у ослабленных и впечатлительных детей.

Старайтесь ограничить речь ребенка. Этого можно добиться, если играть с ребенком в настольные игры, лепить, рисовать, читать ему знакомые книжки. Чем меньше ребенок разговаривает с заиканием, тем быстрее оно исчезнет, так как речь с запинками заменяется новой, спокойной, плавной речью, которую демонстрирует постоянно логопед и родители. На занятиях у логопеда родители обучаются навыкам правильной речи и стараются говорить с ребенком неторопливо, спокойно, не теряя выразительности.

Поменьше читать страшных сказок. Лучше не читать на ночь. Не заставлять ребенка учить стихи.

Постарайтесь не давать ребенку кофе, какао, шоколад.

В общем, надо исключить все, что мешает охранять покой ребенка, но делать это не путем резких запретов, а спокойно, осторожно.

Необходимо предусмотреть создание спокойной обстановки, в которой он был бы огражден от сильных раздражителей, от отрицательных эмоций.

Большое значение для нормализации речи ребенка имеет правильная речь окружающих: тон речи должен быть спокойным, ласковым, доброжелательным.

Пусть вас не раздражает, когда ребенок что - то крутит в руках, - это в некоторой степени снимает напряжение, отвлекает от речевых трудностей. Можно даже дать ему маленькую игрушку или кусочек пластилина.

Не рекомендуется:

• допускать резкие окрики;

• не следует торопить при ответах, ибо только терпеливое внимание к речи ребенка может вызывать у него желание говорить;

**Твердый режим дня** – непременное условие для нормализации у заикающегося ребенка высших отделов нервной системы. В частности, нарушение высшей нервной деятельности нередко отражается на том, что эти дети быстро утомляются.

Организм ребенка, прежде всего, отдыхает во время глубокого и спокойного сна. Сон действует как охранительное торможение коры головного мозга. Он охраняет ее нервные клетки от истощения, способствует снабжению их питательными веществами, кислородом и выведению из них продуктов обмена. Другими словами, сон способствует восстановлению нормальных функций нервных клеток коры головного мозга. Во время сна нервные клетки отдыхают от дневных впечатлений, особенно от отрицательных эмоций.

Не менее важным для заикающегося ребенка является и так называемый активный отдых. Если переключение с одного вида деятельности на другой вызывает у ребенка интерес, то уже это переключение само по себе обеспечивает ему своеобразный отдых. Вот почему в режиме дня заикающегося ребенка должно быть предусмотрено разумное чередование разнообразных занятий. Желательно, чтобы спокойные и длительные занятия одним делом не вытесняли необходимых для ребенка подвижных и самостоятельных игр.

Немаловажное значение в режиме дня занимает время и качество питания ребенка. От питания зависит стойкость образующихся рефлексов. Нарушения своевременного и качественного питания приводит к резкому снижению всех защитных функций организма, к неспособности бороться с внешними вредными влияниями.

Особую необходимость для заикающихся детей представляют витамины комплекса В. Ведь они принимают непосредственное участие в сложных процессах обмена нервных клеток, помогают организму справляться с усталостью, поддерживают у него бодрое состояние и работоспособность.

В режиме дня заикающегося ребенка должны найти свое место и закаливающие процедуры. Сюда прежде всего относится ежедневное пребывание на свежем воздухе. Через кожные покровы, органы дыхания и органы чувств на ребенка благотворно воздействуют климатические, метеорологические и природные факторы. Ежедневные прогулки, игры на свежем воздухе, спортивные развлечения (санки, лыжи) успокаивают его нервную систему, создают эмоциональный подъем, бодрое настроение. Глубокая перестройка организма при этом происходит естественно и просто. Воздушные ванны оказывают активное воздействие и на сердечно – сосудистую систему, нормализуют ее.

Солнечные ванны при осторожной и продуманной врачом дозировке (они противопоказаны детям с расстройством центральной нервной системы) также оказывают хорошее влияние на организм ребенка, усиливают и повышают обмен веществ. Важное значение, для детей, имеют водные процедуры: обтирание, обливание, душ, купание. Они являются прекрасным средством для закаливания организма ребенка, в частности, его нервной системы. Закаливание способствует физическому развитию ребенка. Физические упражнения развивают в целом мышечную систему, усиливают работу важнейших жизненных органов – легких и сердца, повышают обмен веществ. Физические упражнения укрепляют силу и моральный дух ребенка, развивают у него координированные и точные движения, помогают избавиться от скованности или, наоборот, от расторможенности движений, способствуют воспитанию у него дисциплинированности и собранности.

Все это является необходимой предпосылкой для лучшего функционирования речевых органов у заикающегося ребенка и оказывают положительное влияние на выработку у него правильных речевых навыков. Поэтому физические упражнения для заикающихся детей, таким образом, приобретают лечебное значение.

Родители заикающегося ребенка должны приобрести большую выдержку, терпение, тактический подход, а также избегать различных семейных конфликтов, ровно относиться к своему ребенку, соблюдать его режим дня. Между родителями и ребенком должны существовать доверительные отношения. Работа над речью не всегда протекает гладко: случаются срывы и неудачи. Родители не должны падать духом и отчаиваться. Эти неудачи, как правило, временные, и поэтому ребенка в такие моменты необходимо поддержать и вселить в него больше уверенности.

Успехов Вам!