

## Если Ваш ребёнок стал заикаться...

По статистике, заиканием страдают миллионы людей – до двух с половиной процентов населения планеты. Причём, чем более развита страна, тем сложнее её язык, тем больше в ней заикающихся, и наоборот. В Африке, к примеру, заикающихся намного меньше, чем в Европе.

Важна и фонетическая структура языка: самый тяжёлый в этом плане – чешский, в нём есть слова, где 5 или даже 6 согласных идут подряд, гуськом, друг за другом. Наш родной русский язык в этом отношении «серединка на половинку», так же как английский или немецкий.

В большинстве случаев заикание возникает в детском возрасте. Теоретически заикание делится на невротическое (логоневроз), неврозоподобное и смешанное. Относится оно к пограничным нервно-психическим заболеваниям. Основным симптомом – судорожные, или, вернее, судорогоподобные нарушения речи, которые могут сочетаться с разнообразными невротическими расстройствами. В 90 процентах случаев заикание обнаруживается у детей в возрасте от 2 до 5 лет, в период наиболее бурного речевого развития. Мальчики заикаются в три-четыре раза чаще, чем девочки. Это связано с расположением речевого центра в левом полушарии головного мозга, которое лучше развито у женщин. Кроме того, считается, что нервная система у мальчиков менее устойчива и они в большей степени подвержены нервно-психическим расстройствам. В самый сложный и ответственный период становления речи девочки физически и интеллектуально уже более развиты, чем их сверстники. К тому же мальчики активнее и своевольнее и потому чаще попадают в ситуации, чреватые психической травмой, - она-то, как правило, и запускает механизм невротического заикания.

Эта травма может быть нанесена резко и внезапно – каким-то ошеломляющим событием, поразившим малыша. Но невротическое заикание не обязательно «запускается» только таким образом. Есть у него и другие пусковые кнопки.

Нередко заикаться начинает ребёнок, чувствующий себя нелюбимым, с которым мало или грубо разговаривают. Ухудшают ситуацию ссоры родителей. Всё это держит мало что понимающего в жизни человека в постоянном эмоциональном напряжении, которое неизбежно приводит к истощению нервной системы. Но страдают не только дети, растущие в неблагополучных семьях. Страдают и маленькие кумиры, не знающие слова «нет». У малыша, растущего в атмосфере восхищённой вседозволенности, не формируется нужнейший в жизни навык активного терпения. И когда такой ребёнок попадает в ситуацию, требующую от него самоограничения, он может ответить на непомерное для него усилие речевым сбоем, связанным с нарушением процессов возбуждения-торможения.

Нередко заикаются и невропатичные дети из породы «мамина радость». Они обычно начинают рано и хорошо говорить, приводя взрослых в восторг. Желая продемонстрировать таланты своего отпрыска, родители то и дело возносят его над толпой (то есть ставят на стульчик и заставляют читать всем и каждому взрослые умные стихи). Из-за всех сил стараясь соответствовать честолюбивым ожиданиям домашних, малыш перенапрягает свою слабенькую нервную систему и начинает заикаться.

Заикание развивается бурно, когда ребёнок попадает в экстремальную ситуацию, которая вызывает у него сильнейший испуг и, как следствие, эмоциональный шок. Родителям нужно знать, что маленькие дети скорее заражаются страхами взрослых, чем пугаются сами. Их зачастую страшит не само событие, а реакция на него отца или мамы.

Шок, вызванный резким испугом, может сказаться двояко. Во-первых, ребёнок способен надолго замолчать, а потом выйти из этого состояния с нарушенной речью. Страхи, кошмары, нарушенный сон, которые сопровождают травму, обычно уходят, а вот поражённая (искажённая) речь остаётся. В других случаях ребёнок отвечает на травму незамедлительно: двигательной бурей и истерикой, после чего у него начинаются проблемы с речью.

Как отреагирует подрастающий человек на стрессовую ситуацию, зависит от его индивидуальных особенностей. Но есть и общие закономерности: чем меньше ребёнок, тем легче нанести ему травму, чреватую заиканием. И, соответственно, чем он старше, тем грубее, жёстче, глубже должен быть психологический шок.

В семьях, где заикается кто-то из взрослых, у детей может развиваться так называемое подражательное заикание. Ребёнок воспроизводит заикающуюся речь кого-то из родных либо по горячей любви к этому человеку, либо просто потому, что общается с ним больше других.

До 3-4 лет, в период формирования речи, речевой аппарат малыша не в состоянии воспроизвести натиск мыслей, обуревающих его, и это может привести к явлению аттерации, - когда, пытаясь высказать внутренне чётко сформулированную мысль, ребёнок без конца повторяет первый слог первого слова, усиленно артикулируя при этом (да-да-да-да-давай). Но стоит «процессу пойти» - и дальнейшая речь течёт плавно, без затруднений. Самого ребёнка это, как правило, не тревожит, и родителям тоже не следует обращать внимания на такую манеру разговаривать. И уж ни в коем случае они не должны требовать повторения фразы. Ситуация нормализуется сама собой в течение нескольких месяцев. Если же родители начнут делать из мухи слона и без конца одёргивать малыша, аттерация может перейти в заикание.

Заикание лечится, но при этом нужно чётко представлять себе, что полностью вылечить удаётся лишь от 5 до 7 процентов заикающихся. Все рекламные обещания стопроцентного результата совершенно не соответствуют действительности. Это не повод для отчаяния, поскольку нередко заикание проходит само собой.

Чем меньше ребёнок, тем больше вероятность, что речь у него наладится (после того, как травмирующий фактор будет снят). Только нужно помнить, что, даже если заикание прошло бесследно, речь у малыша так и останется слабым звеном и в неблагоприятных ситуациях может пострадать снова.

Примерно до 5 лет специальные логопедические занятия с заикающимися детьми нецелесообразны, хотя, конечно, есть смысл показать ребёнка специалисту. Он подскажет, как укрепить нервную систему малыша, пропишет витамины и успокаивающие средства, порекомендует целительный распорядок дня. Вне всякого сомнения, нужно лечить сопутствующие заболевания. Единственное, чего ни в коем случае делать нельзя – это фиксировать внимание самого ребёнка на его речевом дефекте.

Если к пяти годам заикание не проходит, придётся обращаться к специалистам – психоневрологам, психиатрам, невропатологам, логопедам. Существует множество методик, сочетающих психотерапию с дополнительными упражнениями – развитием мелкой моторики, дыхательной гимнастикой и т.д. Все они по-своему хороши и интересны.

### Домашние меры

Родителям, которые действительно хотят помочь ребёнку с заиканием, ни в коем случае не следует заикливаться на этом дефекте. Заикающийся ребёнок совершенно полноценен. Просто он нуждается в помощи, чтобы адаптироваться к своей речевой особенности. Если его любят, если с ним подолгу и всерьёз разговаривают, он и не подумает сомневаться в себе. Он примет себя со всеми своими достоинствами и недостатками. Именно эта спокойная, достаточно высокая самооценка поможет ему нейтрализовать насмешки сверстников. Очень хорошо, если малыш занимается спортом, - это поможет ему окрепнуть физически, укрепит нервную систему и, что немаловажно, расширит круг его общения.

Дома ребёнок с дефектами речи должен слышать только ясную, вразумительную, хорошо артикулированную речь. Ни в коем случае не надо настаивать, чтобы он повторял за взрослыми какие-то фразы: это бессмысленно и более того – вредно. Даже если у него что-то получится, всё равно через несколько минут он начнёт заикаться на тех же самых словах. Столь же неразумно говорить с заикающимся ребёнком по-особому – слишком медленно, слишком чётко. Интеллект у него ничуть не нарушен, он и без того отлично всё понимает.

При благоприятных обстоятельствах (умная семья, разносторонние интересы, любознательность, увлекательная работа) значимость заикания сама собой сходит на нет. Взрослый человек вообще может забыть об этом своём дефекте. Бывает и так, что заикание практически исчезает (становится заметным, лишь когда человек сильно волнуется). Поэтому лучшее, что могут сделать родители, - это любить своего малыша зоркой, внимательной, трезвой любовью и дать ему возможность вырасти уверенным в себе, здоровым, ясным человеком.