

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОМАШНЕГО РЕЖИМА ЗАИКАЮЩЕГОСЯ РЕБЁНКА

(Памятка родителям)

Правильно организованный домашний режим — тот благоприятный фон, на котором устранение заикания даст наибольший эффект. Под режимом надо понимать весь образ жизни ребёнка: организованные виды деятельности, отдых, сон, питание, быт. Всё должно способствовать тому, чтобы оздоровить и укрепить его нервную систему.

В систему воспитания заикающегося ребёнка входит создание спокойной, доброжелательной обстановки, предполагающей атмосферу взаимного уважения, доверия и любви в семье. Семейные взаимоотношения в значительной мере влияют на речь ребёнка, её улучшение или ухудшение. Недомолвки, ссоры, скандалы в семье создают напряжённую обстановку в доме, и ребенок, как барометр, чутко реагирует на это. Он глубоко переживает семейный разлад, часто плачет, нервничает, постоянно находится в напряжённом состоянии, и, конечно, на этом фоне ухудшается его речь. При такой ситуации специальные занятия, безусловно, никакого результата не дадут.

Хочется дать несколько практических советов родителям. Ребёнок никогда не должен присутствовать при «взрослых» разговорах. Отношение к малышу должно быть равным со стороны отца, матери и других членов семьи. Родители должны быть очень последовательны в своих требованиях. Запретив, например, ему смотреть вечерние телевизионные передачи для взрослых, они никогда не должны отступать от этого правила. Только тогда их требования не будут вызывать у ребёнка протеста.

Заикающийся не должен чувствовать себя в семье ни ущербным, ни привилегированным, т.е. нельзя заласкивать его, потакать капризам и ограждать от трудностей, но и нельзя также подчёркивать перед всеми его неполноценность, наказывать физически. И то и другое может отрицательно сказаться на формировании его характера.

Следует относиться к заикающемуся ребёнку, как к здоровому. Родители не должны показывать своего волнения малышу, если он говорит заикаясь. Слово «заикание» вообще не должно произноситься в доме. Тем более недопустимо передразнивать заикающегося и демонстрировать его запинки. Ни в коем случае в присутствии товарищей нельзя делать замечания и поправлять ребёнка, если он говорит с запинками. Замечания подобного рода ранят его самолюбие и отдаляют от родителей. Конечно, это не значит, что вообще не надо поправлять ребёнка, если он не следит за своей речью. Но делать это нужно предельно тактично, неназойливо, чтобы не вызывать раздражения и озлобленности, и лучше всего наедине.

Требуя от ребёнка неторопливой речи, взрослые в первую очередь должны следить за собой: говорить надо спокойно и обязательно в умеренном темпе. Ведь отвечать неторопливо на быструю речь, которой часто грешат сами родители, ребёнку очень трудно. Не следует фиксировать внимание на плохой речи, но каждый, даже самый малый, речевой успех надо всячески

поощрять, чтобы внушить малышу уверенность в том, что он может говорить хорошо.

Сложнее обстоит дело в семьях, где заикается и ребёнок, и кто-то из родителей. Что тут можно посоветовать? Рекомендовано родителям самим пройти курс специальных занятий, игр. Это полезно вдвойне, так как, владея речевыми навыками, они смогут более эффективно помочь своему ребёнку избавиться от заикания.

Зачастую взрослые неправильно ведут себя при возникновении у ребенка запинок судорожного характера. Одни просят замолчать, другие требуют «правильной» речи. Рекомендуется доброжелательно и внимательно выслушивать ребёнка, стараясь начать или договорить вместе с ним фразу. Весь тон общения должен быть постоянно ровным, доброжелательным. Маме и папе необходимо учитывать интересы ребёнка, его тревоги и страхи. Например, дети при засыпании нередко просят не гасить свет, не оставлять их одних. Надо прислушаться к этим просьбам, успокоить малыша, посидеть с ним рядом, пока он не заснёт. Важно помнить, что насмешливое, неуважительное отношение к ребёнку способствует развитию у него чувства собственной неполноценности, тревожной мнительности, общей неудовлетворённости.

Слишком строгая авторитарная система воспитания, запугивание, побои, излишняя требовательность отрицательно сказываются на воспитании заикающегося ребёнка. Но и повышенная тревожность за состояние его здоровья, подавление самостоятельности, стремление матери, бабушки сделать всё за внука, отсутствие каких-либо требований, связанных с соблюдением дисциплины, также отрицательно влияют на формирование личности.

Без продуманного и чётко составленного распорядка в выходные дни здесь не обойтись. Но, как правило, проку от этого нет, так как мало составить распорядок дня, надо неукоснительно выполнять его. Только тогда у ребёнка на всё будет хватать времени. Кроме того, точное выполнение режима дня приучит его правильно распределять и ценить время, будет воспитывать в нём волевые качества, которые так необходимы в работе по преодолению заикания.

При составлении режима дня:

Необходимо выделить специальные часы на выполнение заданий специалиста и самостоятельных речевых занятий. Желательно, чтобы ребёнок ежедневно занимался не менее двух часов, но не подряд, а в два-три приёма и без принуждения.

Есть ребёнок должен регулярно, в одно и то же время. Ужин ему следует давать не перед самым сном, а хотя бы за час. Надо строго придерживаться всех рекомендаций врача, касающихся правильного питания. В пище не должно быть острого, солёного, кислого, пряного, горького, шоколада, кофе, какао. Всё это должно заменяться, так как возбуждающе действует на нервную систему.

Обязательно нужно, чтобы ребенок ежедневно гулял. Пребывание на

воздухе необходимо для хорошего самочувствия и правильного физического развития.

Очень важным элементом в распорядке дня является сон, который должен продолжаться не менее 9-10 час. Кроме того, дошкольникам очень полезен дневной сон. Следует приучить ребенка ложиться всегда в одни и те же часы. Чтобы он спая спокойно, надо исключать перед сном всё возбуждающее: подвижные игры, чтение детективной и приключенческой литературы, рассказывание страшных историй и сказок, и, конечно, телевизионные передачи, просмотр которых вообще нужно сократить до минимума.

Телепередачи, особенно не соответствующие детскому возрасту, приносят много вреда, являются большой нагрузкой на нервную систему. Очень правильно поступают те родители, которые: заранее знакомятся с телевизионной программой на неделю и выделяют 1-2 (не больше!) передачи, в основном субботние или воскресные, которые может посмотреть их сын или дочь.

Необходимо приучать ребенка слушать спокойную музыку, петь с ним песни. И это должно создавать покой.

Во многих семьях существует традиция: мы - в гости, гости—к нам. Так взрослые большие застолья — не для детей, по возможности ограничьте их.

Очень важно в воскресные и праздничные дни не перегружать ребёнка впечатлениями. Часто приходится сталкиваться с тем, что дети в течение одного дня бывают на 2-3 ёлках, родители умудряются отвести их ещё и в театр кино и т.д. Или, наоборот, посмотрят 2-3 дневных сеанса, а затем сходят театр, на ёлку, в гости. Такое обилие впечатлений приносит прямой вред, так как ребёнок не в состоянии «переварить увиденное. Он перевозбуждается, утомляется. В итоге приходит в дошкольное учреждение не отдохнувшим, а ещё более утомлённым.

В выходные дни нужно увеличить время пребывания на свежем воздухе. Однако не следует впадать в другую крайность — разрешать ребенку гулять утра до вечера. Всё хорошо в меру. Это относится и к спорту. При заикании спортом заниматься можно и нужно, » далеко не всяким. Категорически запрещаются неритмичные виды спорта, связанные с большим мышечным напряжением. Рекомендуются художественная гимнастика, плавание, лыжи, коньки. Можно привлекать детей к танцам, но спокойным. Эти виды спорта координируют движения и упорядочивают дыхание. Однако, занимаясь любым из этих видов спорта, от участия в соревнованиях нужно отказаться, так как любое соревнование связано с эмоциональным возбуждением и вызывает большое напряжение нервной системы, что при заикании как раз недопустимо. Необходимо ввести в режим дня ежедневную физическую зарядку.

Хотелось бы также предостеречь родителей от модного увлечения наших дней — дополнительных нагрузок в дошкольном учреждении (различные кружки), что, очевидно, идет от желания видеть своего ребёнка всесторонне развитым. Если речь ребёнка нормализовалась, опасения, что останется

заикание на всю жизнь, позади, то при нагрузках всё может возобновиться.

Вряд ли при этом ребёнок станет хорошим спортсменом, знатоком иностранного языка или музыкантом. Желая, чтобы он правильно говорил, к перечисленному выше родители добавляют ещё и занятия у учителя-дефектолога. Даже для детей с нормальной речью такая нагрузка может оказаться непосильной и станет первым шагом на пути к заиканию. Если же ребёнок уже страдает заиканием, то это недопустимо. Прежде всего, родители должны решить, что в настоящее время важнее для малыша. И если они пришли к выводу, что главное — здоровая речь, значит, нужно отказаться от всех дополнительных нагрузок, так как логопедические занятия уже являются большой нагрузкой. Итак, непродуманный режим дня, нерегулярные питание и сон, неправильное обращение взрослых с ребёнком, нездоровая семейная обстановка, несерьёзное отношение к специальным занятиям препятствуют устранению заикания.

В первые 10-12 дней игр-занятий проводится «режим молчания». Быт ребёнка должен организовываться таким образом, чтобы свести его речь к минимуму. Трудно сделать так, чтобы он вообще не разговаривал. Не надо понимать «режим молчания» буквально, как полную немому в течение всего этого срока. Не произойдёт ничего страшного, если ребёнок произнесёт в день несколько слов, фраз, практически ему необходимых. Но всё же его речь необходимо всячески ограничивать. Чтобы ему это было не в тягость, можно внести элементы игры. Например, устроить соревнование: кто первый не выдержит молчания и заговорит, тот проиграл очко. Каждый вечер подсчитываются очки и объявляется победитель. Можно попробовать объясняться друг с другом жестами. Дети обычно охотно поддерживают эту идею.

Обычно курс занятий в группе начинается с усвоения дошкольниками речевых правил. Эти правила должны хорошо знать и родители.