ФОНД ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ находящихся в трудной жизненной ситуации

ГБУ СО МО «КЦСОР «Павлово-Посадский»

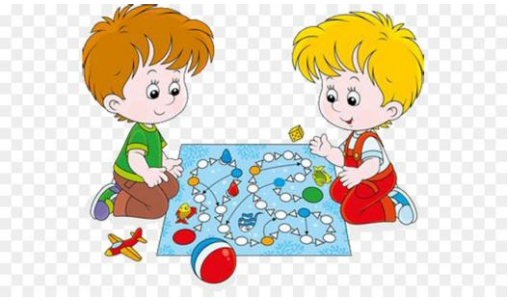
«Рекомендации родителям детей, страдающих заиканием»

Правильная организация общего и речевого режима ребёнка дома - важнейшее условие преодоления заикания.

- **Режим дня**. Особое внимание следует обратить на режим сна – не меньше 8-9 часов. С целью углубления ночного сна необходимо использовать теплые водные процедуры (теплый душ, релаксирующие ванны – хвойные, валерьяновые и т.д.), расслабляющий массаж. Перед сном при заикании исключить активные занятия; не рекомендуется смотреть телевизор и играть в различные компьютерные игры, телефон.
- **Режим питания**. При заикании из рациона нужно исключить шоколад, крепкий чай и кофе.
- **Общий щадящий охранительный режим**. Необходимо исключить жизненные ситуации, которые побуждают волноваться и много разговаривать, это усугубить заикание.
- **Ограничить просмотр мультфильмов, телевизор, музыку на высокой громкости**, поскольку громкие звуки утомляют нервную систему. При заикании возможен просмотр спокойных (не вызывающих сильные эмоции) телевизионных программ и фильмов.
- По возможности **избегать скопления людей, пребывания в крупных магазинах, шумных мероприятий**. Это оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующее, возбуждающее воздействие и усугубляет степень заикания. В семье необходимо создать спокойную доброжелательную атмосферу. В обращении с ребенком, с проблемами заикания, будьте выдержаны: не потакайте капризам ребенка, а требовательность не доводите до резкости.
- **Охранительный речевой режим.** Необходимо снизить речевую нагрузку ребенка, ограничить его речевое общение. Не требовать рассказов об увиденном и услышанном, пересказа сказок, рассказов, чтения стихов. Предпочтительно задавать вопросы, требующие простых, однословных ответов. Дома создать обстановку занятости: помогать по дому, играть в спокойные, тихие игры (можно молча лепить, рисовать, собирать конструктор, заниматься рукоделием и т.д.). Давать возможность поиграть спокойно ребенку одному, возможно в присутствии взрослого: игры без вмешательства взрослых, когда ребенок сам комментирует свои действия, снимают заикание.
- **Общение со взрослыми**. Соблюдайте правила ведения беседы в семье: говорите по очереди как во время любых бытовых ситуаций, так и в отдельно отведенное для беседы время. Дайте возможность высказаться каждому, не перебивайте друг друга. Речь родителей и окружающих ребенка людей должна быть плавной, неторопливой, на пониженных тонах голоса, но ни в коем случае не по слогам и не нараспев. Взрослый демонстрирует ребенку неспешный темп речи, спокойную интонацию в сочетании с неспешными движениями. Не допустимы в общении резкие и грубые окрики. Если ребенку вследствие заикания трудно начать говорить, помогите ему, произнося одновременно с ним начало фразы. Чаще проявляйте ласку, поддерживайте ребенка тактильным контактом. Поменьше критикуйте, почаще хвалите даже самые маленькие успехи.

- **Прогулка.** При заикании рекомендуется ежедневно бывать на свежем воздухе. Исключить активные спортивные игры и бег, азартные спортивные игры, такие как командные и соревновательные игры.
- **Дополнительные занятия**. При данной речевой патологии важно нормализовать состояние нервной системы ребенка. Поэтому родителям советуют водить детей на плавание, дельфинотерапию, на конные прогулки – все это благотворно влияет на эмоциональное состояние. Одна из причин заикания – это неправильное речевое дыхание. Детям с заиканием рекомендуют занятия пением, которые формируют сильный и длительный выдох.

  Только активное участие родителей в коррекционном процессе, соблюдение норм и правил поведения с заикающимся ребёнком в домашних условиях позволят достичь большей положительной динамики в нормализации его речи



Памятка подготовлена в рамках реализации проекта «Шаг навстречу!» по созданию специализированной социальной службы «Домашний микрореабилитационный центр»