

# Почему дети заикаются и как им помочь

Если ребёнку меньше 5 лет, волноваться рано. Заикаться в раннем возрасте нормально. У ребёнка ещё не достаточно развит речевой аппарат, он не всегда контролирует дыхание и эмоции, мыслит быстрее, чем способен говорить, поэтому запинаяется, сбивается, проглатывает одни звуки, а другие повторяет по несколько раз.

Медики утверждают, что такое возрастное заикание — совершенно естественная часть развития речи. И может продолжаться несколько дней или даже месяцев, но к 5 годам большинство детей успешно его перерастают.

Тем не менее, существуют вполне чёткие критерии, что проблема может выйти или уже вышла за пределы возрастной особенности.

## Когда надо обратиться к педиатру или логопеду

Обязательно посоветуйтесь с врачом, если ваш ребёнок заикается, вас это беспокоит и в анамнезе имеется один из следующих факторов риска:

1. **Семья.** Ребёнок рискует сохранить заикание и во взрослом возрасте, если та же проблема наблюдается у кого-то из его близких родственников.
2. **Возраст.** Дети, которые начали заикаться в возрасте до 3,5 лет, почти наверняка перерастут эту речевую особенность. Если сложности с речью появились позже, стоит насторожиться.
3. **Продолжительность.** Если заикание длится больше 6 месяцев, это однозначное показание для визита к врачу.
4. **Другие сложности с речью и пониманием.** Заикание может быть одним из симптомов более серьёзных нарушений — того же СДВГ (синдрома дефицита внимания и гиперактивности) или минимальной мозговой дисфункции.
5. **Нарастание проблемы.** Если случаи заикания по мере взросления не уменьшаются, а становятся чаще, это плохой признак.
6. **Сопутствующие движения.** Ребёнок не просто заикается — у него подёргивается лицо, он делает движения руками и торсом так, словно пытается вытолкнуть из себя слова.

Также стоит обратиться к терапевту или логопеду, если заикание:

- Вызывает у ребёнка беспокойство или страх. Это проявится в том, что дети будут стараться избегать ситуаций, когда надо говорить.
- Мешает ребёнку общаться в садике или на детской площадке.

Если вы столкнулись, хотя бы с одним из перечисленных выше пунктов, не медлите с визитом к специалисту. Это важно. Хотя чаще всего заикание проходит само собой, иногда оно может быть симптомом крайне неприятных и даже смертельно опасных заболеваний.

## Почему ребёнок заикается

Вот наиболее распространённые причины заикания у детей.

### 1. Возраст и пол

Как мы уже сказали, некоторое время заикаться в возрасте младше 5 лет естественно. С мальчиками такое происходит в 3–4 раза чаще, чем с девочками.

### 2. Генетика

У 60% заикающихся людей есть близкий родственник, который страдает тем же речевым нарушением.

### 3. Нарушения физического развития

Это может быть, например, врождённая слабость речевого аппарата (он включает в себя губы, язык, нёбо, гортань, челюстные и ротовые связки и мышцы). В таком случае детям физически сложно говорить: они быстро устают, начинают задыхаться, не успевают вовремя придать языку и губам нужную для произнесения того или иного звука позицию.

### 4. Заболевания и травмы

Заикание у детей может быть следствием:

- внутриутробных и родовых травм;
- заболеваний и нарушений в работе головного мозга;
- черепно-мозговых травм;
- инсульта (да, у детей он тоже бывает, даже у совсем маленьких);
- заболеваний эндокринной системы;
- нарушений обмена веществ.

### 5. Страх, стресс и другие психологические факторы

Это, пожалуй, самая известная причина. Вы наверняка хотя бы раз слышали истории о мальчике, который начал заикаться, потому что испугался большой собаки. Или о девочке, посмотревшей не в меру страшный фильм.

Страх — действительно мощный фактор в формировании заикания. Это переживание бьёт по нервной системе, ослабляет её и таким образом запускает механизм сбоя речи.

Но нервную систему ослабляют и другие факторы:

- ссоры и конфликты в семье, невольными участниками которых становятся дети;
- отсутствие эмоционального контакта с родителями, неуверенность ребёнка в том, что его любят;
- несоблюдение режима дня, общая бытовая неустроенность жизни;
- травмирующие события, например, потеря любимого родного человека, переезд, резкая смена привычной обстановки;
- избыточные интеллектуальные нагрузки — если мама излишне увлекается ранним развитием.

### Как лечить заикание у детей

Это зависит от причин. Чтобы установить их, педиатр проведёт осмотр ребёнка, заглянет в историю болезни, расспросит родителей об образе жизни, обстановке в семье. В некоторых случаях понадобится сделать анализы мочи и крови или пройти обследование у невропатолога.

Если нарушение речи вызвано какой-либо болезнью, ребёнка отправят к профильному специалисту, который поможет справиться с основным недугом. Также, возможно, педиатр порекомендует обратиться к психотерапевту.

Однако ведущую роль в коррекции заикания играет всё-таки логопед. Этот специалист научит ребёнка правильно дышать, скорректирует ритм и темп речи, поможет укрепить речевой аппарат.

Большинство детей с помощью логопеда избавляются от заикания. Но у некоторых дефект речи может сохраниться, пусть и в сглаженном виде.

### Как родители могут помочь детям с заиканием

Родительская поддержка в данном случае очень важна. Она делает ребёнка более уверенным, успокаивает, помогает справиться со стрессом. А ещё папа или мама могут подать хороший пример правильной речи.

Вот что необходимо делать, если у ваших детей заикание.

## **1. Старайтесь разговаривать медленно и спокойно, чётко проговаривая каждый звук**

Ребёнок будет неосознанно копировать эту манеру речи. Не говорите по слогам или нараспев — это неестественно и не поможет справиться с проблемой.

## **2. Дайте детям возможность больше слушать, чем говорить**

Чаще читайте ребёнку книжки и рассказывайте истории. Это поможет закрепить правильную речь.

## **3. Слушайте внимательно и благожелательно**

Пусть ребёнок знает: вы терпеливо выслушаете его до конца, даже если он заикается и не может с ходу произнести то или иное слово. Часто дети, боясь, что их не дослушают, начинают торопиться — и в результате проблема заикания только усугубляется.

## **4. Не ругайте и не унижайте ребёнка**

«А теперь остановись и повтори нормально!» «Сначала подумай, а потом говори!» «Не торопись!» «Можешь сказать это более чётко?!» Взрослым зачастую кажется, что эти фразы — во благо. Но на самом деле они только вредят. Во-первых, они звучат унижительно. Во-вторых, вызывают у детей беспокойство и неуверенность, ведь мама или папа не принимают их речь. Всё это увеличивает стресс.