

# Шпаргалка для родителей

## Скорая помощь при остром заикании

*В случае внезапного и остро возникшего заикания у ребёнка, что чаще всего происходит в случаях сильного психологического потрясения (об этом мы говорили в предыдущих статьях), родителей, как правило, охватывает растерянность и отчаяние. Как вести себя в подобной ситуации? Чем можно помочь малышу?*

Специалисты советуют - не охать, не паниковать, не проявлять крайнее беспокойство по поводу случившегося, особенно в присутствии ребёнка, ещё больше пугая его. Такое поведение взрослых способствует тому, что неправильная судорожная речь у ребёнка может закрепиться. Особенно это характерно для детей с ослабленной нервной системой. Что же делать, какие шаги предпринять в этой ситуации?

**Специалистами многократно проверены довольно простые, но эффективные меры, которыми не стоит пренебрегать**

- 1.** Необходимо как можно быстрее устранить травмирующую ситуацию. Если это случилось в детском саду, то постарайтесь обеспечить домашний режим минимум на 2 месяца. В случае возникновения заикания в домашних условиях благотворна полная смена обстановки (переезд в деревню, к бабушке, к близким родственникам).
- 2.** Ни в коем случае не упоминайте при ребёнке о начавшемся заикании и сделайте всё возможное, чтобы он вообще не понял, что с ним произошло.
- 3.** Лучше всего полностью изолировать ребёнка от окружающих, сведя до минимума любое влияние на его эмоциональное состояние. Исключите просмотр телепередач. Неврологи отмечают, что даже радостное возбуждение бывает вредным и провоцирующим в данный период. Поэтому не задаривайте ребёнка игрушками, стараясь компенсировать возникшую неприятность.
- 4.** Целесообразно обеспечить малышу постельный режим, оставив лишь одну любимую игрушку. Некоторое время подержите его на молочно-растительной диете. Такая диета помогает восстановить нормальное функционирование организма, в том числе и речи, после психотравмы.
- 5.** Важно организовать весь режим так, чтобы у ребёнка реже возникала необходимость говорить. Поиграйте с ним в «молчанку», но без принуждения, а путём отвлечения от речи. Используйте настольные игры (лото, мозаику, пазлы), занятия с конструктором, манипуляции с пуговицами, песком, водой и крупами.

**6.** Сказки и книжки пересказывайте малышу вслух. Речь при пересказе менее напряжённая, чем во время чтения.

**7. Помните!** Дети подражают речи окружающих взрослых. Поэтому постарайтесь говорить в несколько замедленном темпе, короткими предложениями и простыми словами, спокойно, без особых эмоций.

**8.** Необходимо не менее чем на неделю полностью исключить прогулки во избежание нежелательных в этот период контактов. В дальнейшем гуляйте с ребёнком ещё какое-то время вдалеке от детских площадок, в малолюдных аллеях парков или скверов.

**9.** Важно, как можно раньше, по «горячим следам», показать ребёнка психоневрологу. Если есть возможность, то обеспечьте приход врача на дом.

Такой подход наиболее рационален в случаях «свежего» заикания (давность от 1 недели до 2-3 недель). Чем быстрее вы примете необходимые меры, тем благоприятнее прогноз: заикание, как правило, исчезает и более не возобновляется. Острое заболевание преодолеть всегда легче, чем хроническое.

## **Ваши помощники: игры-релаксанты**

### **Игра 1: «Ищем клад»**

Играем с песком или крупой. В глубокую миску насыпьте речной песок, крупу или горох. Спрячьте на дне мелкие игрушки, колечки, кнопки от мозаики. Предложите ребёнку отыскать клад. Но при этом нельзя разговаривать, чтобы никто не узнал о ценном кладе.

### **Игра 2: «Играем с водой»**

Переливание из ёмкости в ёмкость воды - очень успокаивающе действует на нервную систему. Конечно, есть опасение, что ребёнок вымочит рубашку или штаны, но в данном случае из двух зол выбирают меньшее. Кстати, подобные упражнения есть в занятиях по системе М. Монтессори, когда ребёнку даются ёмкости различной величины, и он занимается переливанием воды до тех пор, пока не надоест. Ребёнок выполняет манипуляции без всяких вопросов и комментариев со стороны взрослых. Действуя, он самостоятельно должен делать выводы о свойствах воды, о разности объёма, сколько воды умещается в ту или иную ёмкость.

Воду также можно заменить песком или любой крупой.

### **Игра 3: «Рисуем узоры»**

Возьмите крышку от обувной коробки. Раскрасьте вместе с ребёнком дно, чтобы получились яркие цветные пятна. Насыпьте туда и распределите равномерно песок или крупу, а потом рисуйте пальчиками различные узоры. Время от времени коробку встряхивайте, и после этого вновь можно рисовать.

**Успехов вам и вашим детям!**