

Как развивать речь у ребёнка с синдромом Дауна?

Для ребёнка с синдромом Дауна большое значение имеет обучение общению. При относительно хорошем понимании обращенных к нему слов, у ребёнка отмечается значительное отставание разговорной речи.

На речь детей с синдромом Дауна влияют

- особенности анатомического строения речевого аппарата,
- нейрофизиологические и медицинские факторы,
- особенности познавательной сферы.

Всё это создаёт дополнительные сложности при формировании чёткого звукопроизношения, отражается на характеристиках голоса и речи.

Как развивать речь у ребёнка с синдромом Дауна? Вопрос, волнующий многих родителей. В данной статье вы сможете найти исчерпывающий ответ.

Предлагаемые рекомендации и упражнения позволят подготовить почву для развития навыков разговорной речи.

1. Основное внимание следует уделять тренировке и укреплению мышц губ, языка, мягкого нёба, получение навыков речевого дыхания. Занимаясь с ребёнком понемногу с самого рождения, делая это на фоне ярких эмоций, вы сможете компенсировать природные дефекты ребёнка с синдромом Дауна и улучшить качество произносимых слов.

2. Лепет является основополагающим умением для развития речи, он укрепляет механизмы артикуляции и делает их подвижными. Лепет осуществляет и аудитивную обратную реакцию, т.е. ребёнок привыкает к звукам и их вариациям в человеческой речи. Хотя лепет детей с синдромом Дауна и похож на лепет нормальных детей, но он менее длительный и частый, нуждается в постоянной стимуляции и поддержке взрослых.

То, что дети с синдромом Дауна меньше лепечут, имеет, по мнению учёных, две причины. Первая связана с присутствием этим детям общим гипотонусом (слабостью мускулатуры), который распространяется и на речевой аппарат; другая - обусловлена аудитивной обратной связью.

Обычно младенцам нравится слушать собственный лепет. Из-за физиологических особенностей строения слухового аппарата, а также частых ушных инфекций дети с синдромом Дауна почти не слышат собственного

голоса. Это препятствует тренировке отдельных звуков и включению их в слова.

Поэтому ранняя диагностика нарушений слуха имеет стратегический эффект для дальнейшего речевого и психического развития ребёнка.

Стимуляции аудитивной обратной связи способствует выполнение следующих упражнений.

- Установите зрительный контакт с ребёнком (расстояние 20-25 см), разговаривайте с ним: говорите «а», «ма-ма», «па-па» и т.п. Улыбайтесь, кивайте, побуждайте ребёнка быть внимательным. Потом сделайте паузу, чтобы дать ему возможность проявить реакцию. Попробуйте вести с ним диалог, в процессе которого вы и ребёнок обмениваетесь реакциями. Будьте инициативны. Когда ребёнок лепечет, не перебивайте его, а поддерживайте, сохраняя с ним контакт. Когда он прекратит, повторите за ним звуки и попытайтесь снова «разговорить» его. Варьируйте голос. Экспериментируйте с тоном и громкостью. Выясните, на что ваш ребёнок реагирует лучше всего.

Подобные занятия необходимо проводить несколько раз в день по 5 минут. Лучше всего начинать с самого рождения и продолжать в различных формах, пока ребёнок не научится говорить.

- Этот приём можно использовать и при рассматривании предметов или картинок. Необходимо побуждать ребёнка дотрагиваться до них. Первоначально младенец хлопает по ним. Это нормальная реакция, которую нельзя пресекать. Показывание указательным пальцем - это результат более продвинутого развития. Главная цель - побудить ребёнка лепетать. Называйте предметы и картинки, поощряйте его к повторению отдельных звуков вслед за вами.

3. Следующий шаг после лепета - развитие артикулированной речи. Если лепет не переходит спонтанно в речь, то задача родителей и воспитателей состоит в её формировании. Большую роль в этом играет имитация, или подражание. Как показывает практика, дети с синдромом Дауна не имитируют спонтанно. Ребёнка необходимо учить наблюдать и реагировать на то, что он видит и слышит. Обучение подражанию - это ключ к дальнейшему обучению.

4. Развитие имитационных способностей начинается с подражания простым действиям взрослого.

- Для этого посадите ребёнка за стол или на детский стульчик. Сядьте напротив него. Убедитесь, что между вами есть зрительный контакт.
- Скажите: «Постучи по столу!»
- Продемонстрируйте действие и скажите в определённом ритме: «Тук, тук, тук».

Если ребёнок реагирует, пусть даже слабо (возможно, сначала только одной рукой), порадуйтесь, похвалите его и повторите упражнение ещё два раза.

Если ребёнок не реагирует, возьмите его за руки, покажите, как нужно стучать, и скажите: «Тук-тук-тук».

- Когда ребёнок этим овладеет, можно использовать другие движения, например топание ногами, размахивание руками и т.п.
- По мере развития подражательных способностей основные упражнения могут быть дополнены пальчиковыми играми с простыми рифмовками.
- Не следует повторять одно и то же движение более трёх раз, так как оно может надоесть малышу. Лучше возвращаться к выполнению упражнений несколько раз в течение дня. Это правило распространяется и на все последующие задания.

Особенный ребёнок.

5. Чтобы стимулировать имитацию речевых звуков, можно выполнять следующие упражнения.

Посмотрите на ребёнка. Похлопайте себя по открытому рту, чтобы получился звук «уа-уа-уа». Похлопайте рукой по губам ребёнка, чтобы побудить его издать такой же звук. Для дальнейшей демонстрации поднесите его руку к вашим губам. Сформируйте навык, хлопая ребёнка по его рту и произнося звук.

Повторению гласных звуков А, И, О, У способствует имитация моторных реакций.

Звук А. Положите указательный палец на подбородок, опустите нижнюю челюсть и скажите: «А».

Звук И. Скажите «И», растянув пальцами уголки рта в стороны.

Звук О. Произнесите краткий, чёткий звук «О». Сделайте значок «О» средним и большим пальцами, когда произносите этот звук.

Звук У. Скажите длинное утрированное «У», свернув руку в трубочку и поднеся ко рту, и отводите её при произнесении звука. Не забывайте каждый раз хвалить ребёнка. Иногда может понадобиться несколько дней, прежде чем у него начнёт получаться. Если малыш не повторяет, не принуждайте его. Перейдите к чему-нибудь другому. Соедините имитацию речи с другой имитацией, которая доставляет вашему ребёнку удовольствие.

6. Большое влияние на качество голоса оказывает правильное дыхание.

У детей с синдромом Дауна дыхание поверхностное и осуществляется преимущественно через рот, так как частые простуды затрудняют дыхание носом. Кроме того, вялый гипотоничный язык больших размеров не помещается в ротовой полости.

Поэтому, помимо профилактики простудных заболеваний, необходимо тренировать ребёнка закрывать рот и дышать носом.

- Для этого губы ребёнка сводятся вместе лёгким прикосновением, так что он закрывает рот и некоторое время дышит носом. Нажатием указательного пальца на область между верхней губой и носом достигается обратная реакция - открытие рта.

- Эти упражнения могут проводиться по несколько раз в день, в зависимости от ситуации.

- Целесообразно также рано приучать детей с синдромом Дауна к формирующей челюсть соске. При сосании рот ребёнка будет закрыт, а дыхание будет осуществляться через нос, даже когда он устал или спит.

Выработке хорошей воздушной струи способствуют упражнения на выдувание воздуха, которые также опираются на умение ребёнка имитировать. Задания выполняются в непринуждённой игровой форме.

Следует поддерживать любые старания ребёнка, пока он не начнёт делать правильно. Например:

- дуть на висящие перья или другие лёгкие предметы;
- играть на губной гармошке, производя звуки при вдохе и выдохе;

- сдувать перья, вату, разорванные бумажные платочки, мячики для настольного тенниса;
- задувать спичку или огонь свечи;
- играть на игрушечных трубах и флейтах, дуть на ветровые колесики;
- надувать свёрнутые бумажные змейки, шарики;
- дуть через трубочку в мыльную воду и пускать пузыри;
- приводить выдуванием воздуха в движение бумажные кораблики и плавающие игрушки в виде животных;
- дуть через трубочку и этим приводить в движение перья и кусочки ваты; надувать мыльные пузыри;
- громко выдыхать или рычать;
- дуть на зеркало или стекло и рисовать там что-нибудь.

Эти и другие упражнения могут варьироваться в различных игровых формах в соответствии с возрастом ребёнка.

Особенно важны для детей с синдромом Дауна упражнения на улучшение подвижности языка, так как нормальная моторика языка - это хорошая предпосылка для правильного сосания, глотания и жевания, а также говорения. Упражнения для развития у младенцев подвижности языка и челюстей состоят преимущественно из массажа и помощи в привыкании к соответствующей возрасту пище.

При массаже языка

- края языка попеременно слева и справа придавливаются указательными пальцами до тех пор, пока не возникает обратной реакции. Темп перемены зависит от быстроты ответной реакции.
- Осторожными движениями указательного пальца можно шевелить кончик языка вправо и влево, вверх и вниз. Похожее движение вызывает лёгкое щекотание трубочкой для питья или зубной щёткой.
- Иногда может быть полезной аккуратная чистка краёв языка электрической зубной щёткой. Подходят и маленькие щёточки из набора по тренировке чистки зубов. Односторонним вибрированием одной щеки и

надавливанием на вторую можно вызвать вращательное движение языка во рту.

Примеры упражнений для развития подвижности языка:

- облизывать ложки (с мёдом, пудингом и др.);
- мазать мёдом или вареньем верхнюю или нижнюю губу, левый или правый уголок рта, чтобы ребёнок облизывал кончиком языка;
- производить движения языка во рту, например, попеременно класть язык то за правую, то за левую щеку, под верхнюю или нижнюю губу, щёлкать языком, чистить языком зубы;
- громко щёлкать языком (язык при этом остаётся за зубами);
- захватывать зубами пластмассовый стаканчик, класть в него пуговицы или шарики и, трясая головой, производить ими шум;
- закрепить пуговицу на длинной верёвке и передвигать её зубами из стороны в сторону.

Упражнения для развития подвижности челюстей и языка включаются в артикуляционные игры, имитирующие различные звуки или действия (кошка облизывается, собака скалит зубы и рычит, заяц грызёт морковку и т.д.).

8. Видоизменение губ у детей с синдромом Дауна связано с постоянным вытеканием слюны и давлением языка, особенно на нижнюю губу. Поэтому важно научить ребёнка закрывать рот. Нужно обращать внимание на то, чтобы губы свободно смыкались, красная кайма губ оставалась видна и губы не были втянуты.

- Младенцев и маленьких детей можно гладить средним и указательным пальцами слева и справа от носа вниз, приближая, таким образом, приподнятую верхнюю губу к нижней.
- Нижнюю губу можно приближать к верхней губе лёгким нажатием большого пальца. При этом подбородок не должен быть приподнятым, потому что тогда нижняя губа будет находить на верхнюю.
- Выпячивание и растягивание губ, попеременное накладывание одной губы на другую, дёрганье и вибрация верхней губы развивают их подвижность.

- Для укрепления мышц можно давать ребёнку удерживать губами лёгкие предметы (соломинку), посылать воздушные поцелуи, после еды задерживать ложку во рту и плотно сжимать её губами.

9. Общая гипотония у детей с синдромом Дауна влечёт за собой пониженную подвижность нёбной занавески, что выражается в гнусавости и хриплости голоса.

Гимнастику для нёба можно комбинировать с простыми движениями:

- «аха» - руки с размахом поднимаются вверх,
- «аху» - хлопок руками по бедрам,
- «ахай» - хлопок руками,
- «ахо» - сильно топнуть одной ногой.

Такие же упражнения проводятся со звуками «п», «т», «к».

Тренировке нёбной занавески способствуют игры с мячом с выкрикиванием отдельных звуков: «аа», «ао», «апа» и т.д.

Полезно демонстрировать естественные звуки (кашель, смех, фырканье, чихание) и мотивировать подражание ребёнка.

Можно использовать игровые упражнения на повторение:

- вдохнуть и выдохнуть на «м»;
- говорить по слогам «мамама», «ме-меме», «амамам» и т.д.;
- дышать на зеркало, стекло или в руку;
- выдыхать с положением речевого аппарата как при звуке «а»;
- выдыхать через узкую щёлку между верхними зубами и нижней губой;
- положить кончик языка на верхнюю губу и фонировать, потом на зубы и на дно ротовой полости;
- произносить звук «н» с зажатым носом;
- при выдыхании переходить от «п» к «т».
- Хорошей тренировкой служит шёпотная речь.

10. Развитию разговорной речи способствует ситуационное использование слов.

Следует называть те предметы, которые наиболее актуальны для вашего ребёнка. Например, если ребёнок хочет печенье, то, показывая на него, нужно спрашивать: «Печенье?» и отвечать: «Да, это печенье».

Надо использовать минимальное количество слов, говорить медленно и чётко, повторять одно и то же слово несколько раз. Желательно, чтобы артикуляционные движения губ взрослого попадали в поле зрения ребёнка, вызывали желание имитировать их.

11. Многие дети с синдромом Дауна прибегают к замещающим слова жестам и движениям.

Это следует поддерживать и помогать им общаться на таком уровне, потому что осознание значения каждого жеста через слова активизирует разговорную речь. Кроме того, жесты могут пригодиться в качестве дополнения к речи в моменты, когда ребёнку трудно передать своё послание словами.

В силу того что произносительную сторону речи детей с синдромом Дауна можно совершенствовать на протяжении всей жизни, многие из перечисленных выше упражнений можно продолжать делать и тогда, когда ребёнок уже научится разговаривать.