

## Заикание у детей: от понимания к действию

*Инструкция для педагогов и родителей от учителя-логопеда*

**Заикание** (логоневроз) — это нарушение темпо-ритмической организации речи, обусловленное судорожным состоянием мышц речевого аппарата. Это одно из самых сложных речевых расстройств, поскольку оно затрагивает не только произношение, но и эмоционально-волевую сферу, коммуникацию и социальную адаптацию ребенка.



В школьной практике мы часто сталкиваемся с ситуацией: родители надеются, что заикание «пройдет само», а педагоги не знают, как правильно выстроить общение с таким ребенком. В результате к 3–4 классу формируется стойкий невроз, страдает успеваемость, ребенок избегает устных ответов, а в тяжелых случаях — отказывается от речи вообще.

**Главная мысль:** заикание — это не «особенность речи», а состояние, требующее комплексной помощи. И помощь эта должна быть системной: со стороны родителей, педагогов и специалистов.

### Как распознать заикание: первые признаки

Не путайте физиологические итерации (возрастные повторения) с начинающимся заиканием.

Признак	Норма (физиологическая итерация)	Тревожный сигнал (логоневроз)
Повторы	Ребенок повторяет слоги или слова до 4–5 лет, когда речь активно формируется	Повторы сохраняются после 5 лет, становятся частыми, насильственными

<b>Признак</b>	<b>Норма (физиологическая итерация)</b>	<b>Тревожный сигнал (логоневроз)</b>
Напряжение	Нет видимого напряжения	Напряжение мышц лица, шеи, плеч во время речи
Эмоции	Ребенок не замечает своих запинок	Ребенок начинает стесняться, избегать сложных слов, заменять их жестами
Ситуативность	Запинки бывают только в быстрой речи или при волнении	Запинки возникают постоянно, независимо от ситуации

**Если вы заметили:** ребенок начал повторять первые звуки, «застрывать» на словах, напрягаться при речи, отказываться говорить — **не ждите**. Обратитесь к логопеду и неврологу.

### **Что делать сразу: первая помощь при появлении заикания**

#### **1. Создайте речевой покой**

- На 1–2 недели исключите все ситуации, требующие развернутых ответов.
- Говорите с ребенком короткими фразами, спокойным тоном.
- Не требуйте пересказов, заучивания стихов.

#### **2. Снизьте информационную нагрузку**

- Ограничьте просмотр телевизора, мультфильмов, использование гаджетов до минимума.
- Исключите шумные игры, соревнования, мероприятия с большим скоплением людей.

#### **3. Нормализуйте режим**

- Сон не менее 10 часов в сутки.
- Исключите переутомление, дополнительные кружки и секции (временно).

#### **4. Измените свое речевое поведение**

- Говорите медленно, плавно, с паузами.
- Не перебивайте ребенка, не договаривайте за него.
- Не фиксируйте его внимание на речи: не говорите «не волнуйся», «скажи спокойно».

## 5. Обратитесь к специалистам

**Невролог** — оценит состояние нервной системы, при необходимости назначит медикаментозную поддержку.

**Логопед** — проведет диагностику, начнет работу над речевым дыханием, плавностью, просодикой.

**Психолог** — поможет справиться с тревожностью, страхами, коммуникативными барьерами.

### Чего делать НЕЛЬЗЯ!

Не делайте	Почему
Не наказывайте за запинки	Заикание — это не каприз, а неврологическое состояние
Не заставляйте повторять «правильно»	Это усиливает фиксацию на дефекте
Не просите «скажи медленно»	Ребенок не может контролировать судороги волевым усилием
Не стыдите при посторонних	Формируется вторичный невроз, страх речи
Не сравнивайте с другими детьми	Это снижает самооценку и усиливает тревогу

### Режимные моменты: что важно помнить.

**Сон.** Ребенок с заиканием должен ложиться спать не позже 21:00. Недосып — один из главных провокаторов ухудшения речи.

**Питание.** Исключите продукты, возбуждающие нервную систему: шоколад, кофеинсодержащие напитки, острую пищу.

**Физическая активность.** Полезна спокойная активность: плавание, пешие прогулки, ЛФК. Интенсивные виды спорта (борьба, соревновательные игры) — временно исключить.

### **Почему ребенок с заиканием нуждается в ПМПК перед школой?**

Многие родители боятся слова «комиссия», считая, что это «повесит ярлык». Это заблуждение.

**ПМПК — это не клеймо, а право на помощь.**

<b>Без ПМПК</b>	<b>С заключением ПМПК</b>
Ребенок учится на общих основаниях	Ребенок получает статус «ребенок с ОВЗ» (при необходимости)
Логопед занимается в порядке очереди (если есть ставка)	Занятия с логопедом обязательны и включены в учебный план
Учитель может не понимать причин неуспеваемости	Разрабатывается адаптированная образовательная программа (АОП)
Ребенок вызывается к доске на общих основаниях	Прописываются специальные условия: щадящий речевой режим, особые формы опроса
Нет права на дополнительные каникулы	Могут быть рекомендованы дополнительные каникулы, психологическое сопровождение

### **Какую программу могут рекомендовать?**

Для детей с заиканием, если оно является основным препятствием для обучения:

**АООП НОО (вариант 5.1 или 5.2)** — для детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР). Заикание относится к категории ТНР.

Если заикание сочетается с задержкой психического развития (ЗПР)  
— вариант 7.1 или 7.2.

**Важно:** программа 5.1 не означает, что ребенок «отсталый». Это означает, что у него есть речевое нарушение, требующее специальных условий. Обучение ведется по тем же учебникам, но с дополнительными коррекционными занятиями и щадящим речевым режимом.

### **Когда и как проходить ПМПК?**

**Оптимальный срок:** февраль – апрель перед поступлением в 1 класс.

### **Почему важно сделать это до школы:**

К маю школа получает заключение и может заранее спланировать ресурсы (ставка логопеда, расписание занятий).

Ребенок зачисляется в первый класс **уже со статусом**, и с 1 сентября начинается коррекционная работа.

Учитель знает особенности ребенка до того, как увидел его на линейке, и может выстроить работу с первых дней.

### **Что нужно для ПМПК ребенку с заиканием:**

1. Заключение невролога (с указанием диагноза).
2. Заключение психиатра.
3. Логопедическое представление (актуальный уровень речи).
4. Характеристика из детского сада (если ребенок его посещал).

### **Заключение**

Заикание — это нарушение, которое имеет **наибольший потенциал коррекции в дошкольном возрасте и наименьший — в подростковом**, когда формируется стойкое избегающее поведение.

**Для педагогов:** ваша чуткость и соблюдение простых речевых правил могут сделать обучение ребенка с заиканием комфортным и успешным. Не оценивайте форму, если важнее содержание. Давайте время. Сотрудничайте с логопедом.

**Для родителей:** не ждите, что «само пройдет». Не бойтесь ПМПК. Бойтесь потерять время. Школа — это не место, где заикание исчезнет. Школа — это

место, где ребенку должна быть оказана квалифицированная помощь. И помощь эта начинается с вашего правильного шага — обращения к специалистам и прохождения ПМПК до 1 сентября.

*Если вы заметили у ребенка признаки заикания или сомневаетесь в необходимости ПМПК — запишитесь на консультацию к школьному логопеду.*

*Статью составила учитель-логопед, учитель-дефектолог Лянистова К.Э.*