

Розвиваємо мову у дітей з синдромом Дауна

Для дитини з синдромом Дауна велике значення має навчання спілкуванню. При відносно хорошому розумінні звернених до нього слів, у дитини відзначається значне відставання розмовної мови. На мову дітей з синдромом Дауна впливають особливості анатомічної будови мовного апарату, нейрофізіологічні і медичні фактори, особливості пізнавальної сфери. Все це створює додаткові складності при формуванні чіткого звуковимови, відбивається на характеристиках голосу і мови. Як розвивати мову у дитини з синдромом Дауна? Питання, яке хвилює багатьох батьків. У даній статті ви зможете знайти вичерпну відповідь.

Запропоновані рекомендації і вправи дозволять підготувати ґрунт для розвитку навичок розмовної мови. Основну увагу слід приділяти тренуванню і зміцненню м'язів губ, язика, м'якого піднебіння, отримання навичок мовного дихання. Займаючись з дитиною потроху з самого народження, роблячи це на тлі яскравих емоцій, ви зможете компенсувати природні дефекти дитини з синдромом Дауна та покращити якість вимовних слів. Лепет є основоположним умінням для розвитку мови, він зміцнює механізми артикуляції і робить їх рухливими. Лепет здійснює і аудитивна зворотна реакція, тобто дитина зникає до звуків і їх варіацій у людської мови. Хоча лепет дітей з синдромом Дауна і схожий на лепет нормальних дітей, але він менш тривалий і частий, потребує постійної стимуляції і підтримки дорослих. Те, що діти з синдромом Дауна менше белькочуть, має, на думку вчених, дві причини. Перша пов'язана з притаманним цим дітям загальним гипотонусом (слабкістю мускулатури), який поширюється і на мовний апарат; інша — обумовлена аудитивною зворотним зв'язком. Зазвичай немовлятам подобається слухати власний лепет. Через фізіологічних особливостей будови слухового апарату, а також частих вушних інфекцій діти з синдромом Дауна майже не чують власного голосу. Це перешкоджає тренуванню окремих звуків і включенню їх у слова. Тому рання діагностика порушень слуху має стратегічний ефект для подальшого мовного та психічного розвитку дитини.

Стимуляції аудитивної зворотного зв'язку сприяє виконання наступних вправ. Встановіть зоровий контакт з дитиною (відстань 20-25 см), розмовляйте з ним: говорите «а», «ма-ма», «па-па» і т.п. Посміхайтесь, кивайте, спонукайте дитину бути уважним. Потім зробіть паузу, щоб дати йому можливість проявити реакцію. Спробуйте вести з ним діалог, в процесі якого ви і дитина обмінюєтесь реакціями. Будьте ініціативні. Коли дитина лепече, не перебивайте його, а підтримуйте, зберігаючи з ним контакт. Коли він припинить, повторіть за ним звуки і спробуйте знову «розговорити» його. Варіуйте голос. Експериментуйте з тоном і гучністю. З'ясуйте, на що ваша дитина реагує найкраще.

Подібні заняття необхідно проводити кілька разів на день по 5 хвилин. Найкраще починати з самого народження і продовжувати в різних формах, поки дитина не навчиться говорити. Цей прийом можна використовувати і при розгляданні предметів або картинок. Необхідно спонукати дитину доторкатися до них. Спочатку немовля плескає по ним. Це нормальна реакція, яку не можна припиняти. Показиваніє вказівним пальцем — це результат більш просунутого

розвитку. Головна мета — спонукати дитину лепетати. Називайте предмети і картинки, заохочуйте його до повторення окремих звуків слідом за вами.

Наступний крок після белькотіння — розвиток артикулированої мови. Якщо лепет не переходить спонтанно в мову, то завдання батьків і вихователів полягає в її формуванні. Велику роль у цьому відіграє імітація, або наслідування. Як показує практика, діти з синдромом Дауна не імітують спонтанно. Дитину необхідно вчити спостерігати і реагувати на те, що він бачить і чує. Навчання наслідування — це ключ до подальшого навчання.

Розвиток імітаційних здібностей починається з наслідування простим діям дорослого. Для цього посадіть дитину за стіл або на дитячий стільчик. Сядьте навпроти нього. Переконайтеся, що між вами є зоровий контакт. Скажіть: «Постучи по столу!» Продемонструйте дію і скажіть в певному ритмі: «Тук, тук, тук». Якщо дитина реагує, нехай навіть слабко (можливо, спочатку тільки однією рукою), порадійте, похваліть його і повторіть вправу ще два рази. Якщо дитина не реагує, візьміть його за руки, покажіть, як треба стукати, і скажіть: «Тук-тук-тук». Коли дитина цим опанує, можна використовувати інші рухи, наприклад тупання ногами, розмахування руками і т.п. У міру розвитку наслідувальних здібностей основні вправи можуть бути доповнені пальчиковими іграми з простими римуваннями. Не слід повторювати одне і те ж рух більше трьох разів, так як воно може набриднути малюку. Краще повертатися до виконання вправ кілька разів протягом дня. Це правило поширюється і на всі наступні завдання.

Особливий дитина.

Щоб стимулювати імітацію мовних звуків, можна виконувати такі вправи. Подивіться на дитину. Поплескайте себе по відкритому роті, щоб вийшов звук «уа-уа-уа». Поплескайте рукою по губах дитини, щоб спонукати його видати такий же звук. Для подальшої демонстрації піднесіть його руку до ваших губ. Сформуєте навик, лясаючи дитини за його роті і вимовляючи звук. Повторення голосних звуків А, І, О, У сприяє імітації моторних реакцій.

Звук А. Покладіть вказівний палець на підборіддя, опустіть нижню щелепу і скажіть: «А».

Звук І. Скажіть «І», розтягнувши пальцями куточки рота в сторони.

Звук О. Вимовте короткий, чіткий звук «О». Зробіть значок «О» середнім і великим пальцями, коли вимовляєте цей звук.

Звук У. Скажіть довге перебільшене «У», згорнувши руку в трубочку і піднісши до рота, і відводите її при проголошенні звуку. Не забувайте кожного разу хвалити дитину. Іноді може знадобитися кілька днів, перш ніж у нього почне виходити. Якщо малюк не повторює, що не примушуйте його. Перейдіть до чого-небудь іншому. З'єднайте імітацію мови з іншою імітацією, яка доставляє вашій дитині задоволення.

Великий вплив на якість голосу надає правильне дихання. У дітей з синдромом Дауна дихання поверхневе і здійснюється переважно через рот, так як часті застуди ускладнюють дихання носом. Крім того, млявий гіпотонічно мову великих розмірів не поміщається в ротовій порожнині. Тому, крім профілактики простудних

захворювань, необхідно тренувати дитини закривати рот і дихати носом. Для цього губи дитини зводяться разом легким дотиком, так що він закриває рот і якийсь час дихає носом. Натисканням вказівного пальця на область між верхньою губою і носом досягається зворотна реакція — відкриття рота. Ці вправи можуть проводитися по кілька разів на день, залежно від ситуації. Доцільно також рано привчати дітей з синдромом Дауна до формуючої щелепу соску. При ссанні рот дитини буде закритий, а дихання буде здійснюватися через ніс, навіть коли він втомився або спить.

Виробленні хорошою повітряного струменя сприяють вправи на видування повітря, які також спираються на вміння дитини імітувати. Завдання виконуються в невимушеній ігровій формі. Слід підтримувати будь старання дитини, поки він не почне робити правильно. Наприклад: дути на висять пір'я або інші легкі предмети; грати на губній гармошці, виробляючи звуки при вдиху і видиху; здувати пір'я, вату, розірвані паперові хусточки, м'ячики для настільного тенісу; задувати сірник або вогонь свічки; грати на іграшкових трубах і флейтах, дути на вітрові коліщатка; надувати згорнуті паперові змійки, кульки; дути через трубочку в мильну воду і пускати бульбашки; приводити видуванням повітря в рух паперові кораблики і плаваючі іграшки у вигляді тварин; дути через трубочку і цим приводити в рух пір'я і шматочки вати; надувати мильні бульбашки; голосно видихати або гарчати; дути на дзеркало або скло і малювати там що-небудь. Ці та інші вправи можуть змінюватись в різних ігрових формах відповідно до віку дитини.

Особливо важливі для дітей з синдромом Дауна вправи на поліпшення рухливості мови, так як нормальна моторика мови — це хороша передумова для правильного смоктання, ковтання і жування, а також говоріння. Вправи для розвитку у немовлят рухливості мови і щелеп складаються переважно з масажу та допомоги в звикання до відповідної віку їжі.

При масажі мови краю мови поперемінно ліворуч і праворуч придавлюються вказівними пальцями до тих пір, поки не виникає зворотної реакції. Темп зміни залежить від швидкості реакції у відповідь. Обережними рухами вказівного пальця можна ворухити кінчик язика вправо і вліво, вгору і вниз. Схожі рухи викликає легке лоскотання трубочкою для пиття або зубною щіткою. Іноді може бути корисною акуратна чистка країв мови електричною зубною щіткою. Підходять і маленькі щіточки з набору по тренуванню чищення зубів. Одностороннім вібруванням однієї щоки і натисканням на другу можна викликати обертальний рух мови в роті.

Приклади вправ для розвитку рухливості мови:

- облизувати ложки (з медом, пудингом та ін.);
- мазати медом або варенням верхню чи нижню губу, лівий або правий куточок рота, щоб дитина облизував кінчиком язика;
- проводити рухи мови в роті, наприклад, поперемінно класти мову то за праву, то за ліву щоку, під верхню чи нижню губу, клацати мовою, чистити мовою зуби;
- голосно клацати мовою (мова при цьому залишається за зубами);

- захоплювати зубами пластмасовий стаканчик, класти в нього гудзики або кульки і, трясучи головою, виробляти ними шум;
- закріпити гудзик на довгій мотузці і пересувати її зубами з боку в бік.

Вправи для розвитку рухливості щелеп та мови включаються в артикуляційні ігри, що імітують різні звуки або дії (кішка облизується, собака скалить зуби і гарчить, заєць гризе морквину і т.д.).

Видозміна губ у дітей з синдромом Дауна пов'язано з постійним витіканням слини і тиском мови, особливо на нижню губу. Тому важливо навчити дитину закривати рот. Потрібно звертати увагу на те, щоб губи вільно змикалися, червона облямівка губ залишалася видна і губи не були втягнуті. Немовлят і маленьких дітей можна гладити середнім і вказівним пальцями ліворуч і праворуч від носа вниз, наближаючи таким чином підняту верхню губу до нижньої. Нижню губу можна наближати до верхньої легким натисканням великого пальця. При цьому підборіддя не повинен бути піднесеним, бо тоді нижня губа буде знаходити на верхню. Випинання і розтягування губ, попеременне накладання однієї губи на іншу, смикання і вібрація верхньої губи розвивають їх рухливість. Для зміцнення м'язів можна давати дитині утримувати губами легкі предмети (соломинку), посилати повітряні поцілунки, після їжі затримувати ложку в роті і щільно стискати її губами.

Загальна гіпотонія у дітей з синдромом Дауна тягне за собою знижену рухливість піднебінної фіранки, що виражається в гнусавості і хриплості голосу. Гімнастику для піднебіння можна комбінувати з простими рухами: «аха» — руки з розмахом піднімаються вгору, «аху» — бавовна руками по стегнах, «Ахайя» — бавовна руками, «ахо» — сильно тупнути однією ногою. Такі ж вправи проводяться зі звуками «п», «т», «к». Тренуванні піднебінної фіранки сприяють ігри з м'ячем з вигуком окремих звуків: «аа», «ат», «апа» і т.д. Корисно демонструвати природні звуки (кашель, сміх, пирхання, чхання) і мотивувати наслідування дитини. Можна використовувати ігрові вправи на повторення: вдихнути і видихнути на «м»; говорити по складах «мамам», «ме-Меме», «Амам» і т.д.; дихати на дзеркало, скло або в руку; видихати з положенням мовного апарату як при звуці «а»; видихати через вузьку щілину між верхніми зубами і нижньою губою; покласти кінчик язика на верхню губу і фоніровать, потім на зуби і на дно ротової порожнини; вимовляти звук «н» із затиснутим носом; при видиханні переходити від «п» до «т». Хорошим тренуванням служить Шепітноїмова.

Розвитку розмовної мови сприяє ситуаційне використання слів. Слід називати ті предмети, які найбільш актуальні для вашої дитини. Наприклад, якщо дитина хоче печиво, то, показуючи на нього, потрібно питати: «Печиво?» і відповідати: «Так, це печиво». Треба використовувати мінімальну кількість слів, говорити повільно і чітко, повторювати одне і те ж слово кілька разів. Бажано, щоб артикуляційні рухи губ дорослого потрапляли в поле зору дитини, викликали бажання імітувати їх.

Багато дітей з синдромом Дауна вдаються до заміщує слова жестів і рухів. Це слід підтримувати і допомагати їм спілкуватися на такому рівні, тому що усвідомлення значення кожного жесту через слова активізує розмовну мову. Крім того, жести можуть стати в нагоді як доповнення до мови в моменти, коли дитині важко передати своє послання словами.

У силу того що произносительную сторону мови дітей з синдромом Дауна можна удосконалювати протягом всього життя, багато з перерахованих вище вправ можна продовжувати робити і тоді, коли дитина вже навчиться розмовляти.