

# ПОТЕРЯННЫЕ ЗВУКИ

Чем младше,  
тем проще  
научить говорить  
правильно.

**ГОВОРИТЬ ЧЕТКО И КРАСИВО СЕЙЧАС МОГУТ НЕМНОГИЕ. ЧУТЬ ЛИ НЕ КАЖДЫЙ ЮМЕНЕЦ ИМЕЕТ КАКОЙ-НИБУДЬ РЕЧЕВОЙ ДЕФЕКТ: ОДИН КАРТАВИТ, ДРУГИЙ ШЕПЕЛЯВИТ, ТРЕТИЙ ПРОГЛАСТЫВАЕТ СЛОВА.**

Виной тому, считают специалисты, засилие современных технологий, отучивших нас говорить. О том, чем это чревато, мы побеседовали с Танзилей АППАСОВОЙ, логопедом-дефектологом высшей категории.

## ВЯЛЫЙ ЯЗЫК

- Танзилия Габдулловна, с какими проблемами чаще всего приходят юменцы?

- Обычно с нарушениями свистящих и шипящих звуков. Как правило, если с ними не все в порядке, то дальше побочно развивается еще и неправильное произношение сонорных звуков («л», «р»). Очень много взрослых приходит без звука «л». Это можно легко проверить: произнесите слово «лодка». Если получается что-то наподобие «улдка», то у вас явные нарушения. Значит, пока не умеете поднимать язык и ставить его за верхние зубы.

Порой взрослые приходят с нарушениями дикции. Им нужно выступать перед аудиторией, а они не могут: сбиваются, теряются, краснеют, голос дрожит, появляется страх. Все из-за того, что человек не умеет правильно дышать. Это очень важно. Если, произнося речь, мы вдыхаем и выдыхаем грудью, как томные барышни из восемнадцатого века, то нам элементарно не хватят воздуха, чтобы сказать большую фразу. Нужно задействовать брюшное дыхание: делаем глубокий вдох и на еще более глубоком выдохе говорим. И, конечно же,



нужно делать довольно забавные артикуляционные упражнения и тренироваться на чистоговорках и скороговорках.

### - Из-за чего возникают речевые дефекты?

- К примеру, из-за неправильного строения артикуляционного аппарата: высокое небо, до которого не достает язык, и мы не можем произнести звуки «щ» или «р». Еще одна причина – вялый язык, который не любит подниматься и работать, а просто лежит на месте. Иногда проблемы появляются из-за того, что ребенок начинает подражать родителям с неправильным звукопроизношением.

### - Какие нарушения сложнее исправить, а какие легче?

- Без особых трудностей можно решить проблему, если у человека неправильный прикус: тогда нужно сходить к ортодонту, после чего мы с ним отрабатываем свистящие звуки. Есть такое нарушение как дислалия, когда ребенок просто не знает, как ставить язык. Чуть подсказали, показали, и все уже в порядке. А порой бывают и сложные диагнозы. Например, дизартрия. Она возникает из-за поражения центральной нервной системы. Человеку очень сложно говорить: мозг не посылает сигналы, куда именно ставить язык. В таких случаях мы занимаемся с ним несколько лет, делаем логопедический массаж, параллельно дети наблюдаются у невропатолога.

Проще исправлять речевые

дефекты в детском возрасте – научились один раз, и дальше все прекрасно. Это может занять даже всего месяц в некоторых случаях. Со взрослыми уже сложнее, хотя, казалось бы, они гораздо ответственнее, есть самоконтроль. А на практике получается так: на занятиях человек уже выговаривает звуки, а только выйдет за дверь – и снова все по-старому. С такими пациентами можно и год, и два заниматься. Часто взрослые стесняются упражняться или говорят, что нет на это времени. С этим я, пожалуй, не соглашусь: заниматься можно и в автомобиле, попав в пробку.

## ОХ, УЖ ЭТИ ДЕТКИ

- Есть ощущение, что люди вообще стали хуже говорить. Вы согласны со мной?

- Да, особенно дети. Причем некоторые нарушения – черта нынешнего времени. Например, много детей приходит с моторной азалией – они вообще не умеют говорить. И это в четырехлетнем возрасте! Родители некогда общались с ребенком, проще сунуть ему планшет. У малыша просто нет потребности говорить: что-то промычал – дали пить, крикнул «Эй!» – дали кушать. А ведь нужно с детьми разговаривать, все ему показывать и рассказывать об окружающем мире.

- Как родители должны понять, что у ребенка появились проблемы с произношением?

- Если ребенок в полтора года не говорит простые фра-

зы – «Мама», «Дай», «Можно?», то уже стоит обратить внимание. Стоит наблюдать за тем, чтобы все протекало гладко: с трех лет ребенок уже должен произносить мягкие свистящие, в четыре года – все свистящие, в пять лет – шипящие и сонорные. Если что-то не получается, то не тяните, обратитесь к специалисту.

- Интересно, а почему у некоторых детей внезапно проявляется заикание, которое затем также внезапно исчезает?

- Обычно это происходит в возрасте 4-5 лет, когда у ребенка значительно обогащается словарь. Он начинает думать, какое бы слово подобрать, и запинается. Это не странно, проходит со временем. Если нет неврологических заболеваний, и ребенок до этого хорошо развивался, то быть тревогу не стоит. Просто, когда ребенок начнет что-то быстро говорить, остановите его и попросите сначала в уме сформулировать фразу, а потом повторить. И он спокойно скажет то, что хочет.

- Стоит ли самому, без помощи логопеда, браться за исправление произношения?

- Сейчас в широком доступе много специальной литературы, и, я думаю, что навредить самостоятельная практика вряд ли может. Другой вопрос, что чрезмерным усердием можно навредить, и напрочь отбить охоту заниматься у ребенка. К нам часто приходят уже взрослые люди и рассказывают, как в детстве их заставляли ходить к логопеду и как им не хотелось. Предлагайте ребенку упражнения ненавязчиво, в игровой форме. Допустим, вы едете в машине и попутно с ним повторяете чистоговорки: «Са-са-са, летят оса». Пока стоите в пробке, предложите вместе посчитать вслух: «Одна машина, две машины, три машины и т.д. И проявляйте сами интерес к занятиям, не делайте их трудными.

Анна ШАНИНА

Коллаж Натальи НЕКРАСОВОЙ



## ПРОСТЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДИКИИ

- Зевайте в течение пяти минут, постепенно добавляя призвук «аа». Так снимается напряжение в горле, и голос быстро настраивается для работы.
- Произнесите звук «а», улыбаясь. Это улучшит тембр голоса.
- Полайте, встав на четвереньки. Это хорошо прочищает голос: так в свое время делал великий Шаляпин.
- Засмейтесь громко, по-сценически. Можно при этом подпрыгивать, чтобы усилить нагрузку, но не сбивайте дыхание.

## АРГУМЕНТЫ №33 (1060) ИФАКТЫ В ЗАПАДНОЙ СИБИРИ

Учредитель, издатель –  
ЗАО «Аргументы и факты»  
(101000, Москва, ул. Миусская, 42).

Газета зарегистрирована Комитетом РФ по печати 29.03.2003 г.

Рег. ПИ № 77-14975

Распространяется бесплатно только совместно с еженедельником «Аргументы и факты»

Д.И. БОНДАРЕВ - генеральный директор  
Е.Н. АТАЛЫКОВА - главный редактор  
А.М. ВАГАНОВА - коммерческий директор

Почтовый адрес редакции:  
625002, г. Тюмень, ул. Осиненко, 81, 11 этаж.

E-mail: aif@ruscom.ru

Тел.: (3452) 75-20-62, (3452) 75-18-25.

Перепечатка из «АиФ» в Западной Сибири допускается только с письменного разрешения редакции. Рукописи не рецензируются и возвращаются.

Отдел рекламы: т/факс (3452) 75-18-26, (3452) 75-18-25, (3452) 75-18-39, (3452) 75-20-64. Публикации, обозначенные рубриками «Мини», «Цена успеха», «Будь здоров», «События», «Дослово», «Крупным планом», «Север», «Профессионально», «Официально», «Услуги», «Во власти», печатаются на коммерческой основе.

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений.

Отдел распространения: (3452) 22-74-30.

## НЕ ПАНАЦЕЯ

### БЕЗОПАСНОСТЬ »

Клещи еще очень активны. Недавно услышала, что противоклещевая прививка защищает только от энцефалита. А как же болезнь Лайма? Как уберечься от нее?

Д. Макарова, Тюмень

Отвечает Елена КНЯЗЕВА, главный инфекционист Тюмени:

- В случае присасывания клеща, инфицированного болезнью Лайма, профилактика осуществляется приемом антибактериальных препаратов. В нашем городе организованы кабинеты иммунопрофилактики клещевых инфекций, где в случае присасывания клеща вы сможете получить необходимые рекомендации. Для взрослых – на базе Областной инфекционной клинической больницы (Комсомольская, 54а), для детей – на базе детской клинической больницы №2 (Мельникайте, 75/1).

Как уберечься? Советы тут традиционные: посещая опасные места (лес, парки и др.), надевайте защитный противоДенгоМарк костюм. Если вместо него обычная одежда, заправьте штаны в носки, кофту в штаны, манжеты на рукавах должны быть плотными, обувь закрытой, куртка с капюшоном, чтобы видно было одно лицо.

## ИФ АНЕКДОТЫ

\* \* \*

Врач:

- Вы последовали моему совету спать с открытым окном?

Пациент:

- Да.

Врач:

- Значит, ваша астма полностью исчезла?

Пациент:

- Нет, зато полностью исчезли мои часы, телевизор, мобильник и компьютер.

\* \* \*

Сидит в кабинете психиатра, скучает. Вдруг дверь открывается и впlopается музыкант в проводах.

- Ой, кто у нас тут? Змейка, ящерка?

- Ну, доктор, хватит прикальваться, я сисадмин, а у вас сеть прокладываю.

\* \* \*

Вы только представьте, как повысилось бы настроение у пациентов, если бы в больницах вместо баxил выдавали ласти!

Подписные индексы

50187, 32123

Тираж 15295 экз.

Заказ № 1661

Время подписания в печать по графику – 17.00 11.08.2015  
Подписано в печать в 17.00 11.08.2015

Дата выхода в свет – 12.08.2015  
Отпечатано в ОАО «Тюменский дом печати»,  
625002, г. Тюмень, ул. Осиненко, 81.