

Как избежать «фифектов фикции»? Рекомендации логопеда

Если маленький ребенок вместо «рыба» говорит «лыба», все умиляются. А вот взрослому картавость нередко мешает сделать...

Подумаешь, одна буква...

Долгое время считалось, что французское «р» и шепелявое «с» – не такая уж проблема. Подумаешь, пара звуков с дефектом, остальные все правильные – собеседник поймет. В последние годы взгляд на эту проблему изменился. Замечено: нарушение в произношении хотя бы одного звука приводит к изменению всей картины речи.

Неправильный звук обязательно «бросает тень» на все остальные – исчезает четкость дикции. Голос становится тусклым, теряет звучность и глубину. А еще подавляющее большинство людей с дефектами речи говорят тихо. Срабатывает подсознательный механизм защиты: понижу голос – никто и не заметит, что что-то не так.



Но это – полбеда. Стесняясь своего недостатка, человек начинает избегать сложных слов, старается заменить их синонимами. Из-за этого страдает смысл высказываний. И у окружающих складывается мнение, что собеседник глуповат.

Чаще всего люди с дефектами речи приходят к логопеду именно из-за проблем с общением. А еще потому, что у них возникают сложности с трудоустройством. Четкая дикция нужна не только телеведущим, но и летчикам, преподавателям, продавцам-консультантам. Рекламный агент не добьется успеха, если будет невнятно хвалить свой товар. А проблемы с речью у директора крупной фирмы чреваты серьезными финансовыми потерями.

Родом из детства

В большинстве случаев причина проблем с дикцией у взрослых кроется в их детстве, когда на произношение ребенка не обращали внимания и неправильный звук укоренился в речи. Лишь в небольшом проценте случаев дефект вызван физиологическими особенностями, например неправильным прикусом или постоянно заложенным носом.

Речевой аппарат формируется примерно к семи годам. К этому возрасту малыш должен правильно произносить все звуки. Если возникли сложности, вернуть речь в правильное русло несложно. Достаточно научить ребенка правильно двигать губами и языком, а затем проследить, чтобы он выполнял рекомендации.



Однако уже к средним классам школы формирование речевой зоны мозга завершается. Поэтому взрослого приходится не учить, а переучивать, ломать привычки, вошедшие в подсознание. Сделать это непросто.

Язык-лентяй

У большинства людей с дефектами речи язык – как ленивый работник. Он не поднимается на нужную высоту и не изгибается как положено.

Чтобы вернуть дикции четкость, халтурщика нужно заставить трудиться.

Движения языка, которые мы совершаем, чтобы произнести звук, – это рефлекс. С годами он все сильнее закрепляется. Чтобы изменить «настройки», нужна кропотливая работа и помощь квалифицированного специалиста.



Попытки избавиться от дефекта речи самостоятельно, при помощи пособий или советов из Интернета – большая ошибка. Нередко после этого проблемы лишь усугубляются. Реальный эффект дает только очная консультация с логопедом.



Шаг за шагом

Первый этап коррекции дефекта речи – постановка нужного звука. Чтобы заставить язык правильно двигаться, специалист подбирает для человека артикуляционные и дыхательные упражнения. Может использоваться на

этом этапе и логопедический массаж, когда язык специальным образом разминают, чтобы улучшить его подвижность и кровоснабжение.

Научились произносить звук правильно – навык надо автоматизировать. Логопед подбирает задания для чтения вслух, просит чаще повторять определенные фразы.

И, наконец, заключительная часть коррекции – звук вводят в повседневную речь. Добиваются, чтобы человек мог с ходу сказать любое слово, не задумываясь о произношении.

Обычно от начала занятий до получения стойкого результата проходит около полугода. Все это время нужно 1-2 раза в неделю встречаться с логопедом и каждый день тратить полчаса-час на домашние задания.



Это не я!

Однако и на этом работа может не кончиться. В отличие от детей, у взрослых при коррекции речи нередко возникают психологические проблемы. Например, человек приходит для исправления картавого «р» и добивается успеха. А потом слушает запись своего голоса на диктофоне, и вместо радости у него начинается отторжение. «Я как-то странно говорю, это не я!» – подобные фразы не редкость.

Сознание людей консервативно, и перемены заставляют подчас испугаться: я не такой, я не знаю, как с этим быть. Очень важно преодолеть этот страх, и хорошо, если логопед готов взять на себя часть функций психолога и помочь вам в этом. Ведь изменить речь – значит не

только поменять имидж, но и скорректировать состояние внутреннего мира.

Четко и ясно

Если у человека хорошая дикция, общаться с ним в радость. Эти простые упражнения помогут вам стать приятным собеседником.

Для губ:

Улыбнитесь, широко растягивая губы, а затем сложите их трубочкой.

Слегка покусайте верхнюю губу. А теперь – нижнюю.

Несколько раз произнесите звук «п», сильно напрягая губы. Затем – звук «б».

Для языка:

Высуньте язык, сделав кончик узеньким.

Упражнение «Едем на лошадке» – пощелкайте языком.

Оближите верхнюю губу тоненьким языком – как будто слизываете варенье.

Двигайте языком от верхних зубов вглубь рта и обратно.

Двигайте языком от одной стороны губ к другой, стараясь попасть кончиком точно в уголки.

