



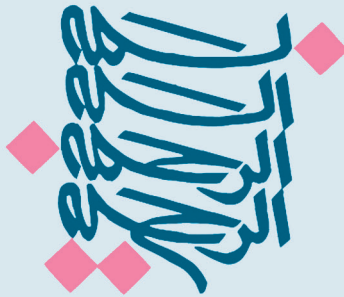
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت کودکان

بسته توانبخشی خانواده - محور

تلفظ صداهای گفتار

در کودکان ایرانی از تولد تا ۵ سالگی





جمهوری اسلامی ایران وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی	
مجموع چاپ و انتشار کتاب	
شماره پیکربندی: ۲۱۷۸۷۲۵ تاریخ صدور: ۱۳۹۹/۱۱/۱۴	مشخصات کتاب نام: بسته نوابختنی خانواده _محور (لفظ صدای گفتار) نویسنده/نویسندگان: فریبا یادگاری مترجم/مترجمان: گردآورنده/اصحاح/اسیر نقش ها: قطع کتاب: رحلی رده سنی: بزرگسال شاباه مجوز: ۹۰۵۷۲۴۵۰۴۵۱۸۹۴
تعداد صفحه: ۱۸ شاباک/شاباه: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۰۷-۶۵-۹	مشخصات ناشر نام ناشر: انتشارات ماندگار
شماره پروانه نشر: ۷۷۶۸	دقت توسعه کتاب و کتابخوانی

عنوان و نام پدیدآور: بسته توانبخشی خانواده - محور: تلفظ صدای گفتار / نویسندگان فریبا یادگاری... (و دیگران): تصویرسازی شقایق وفائی، مریم قلی پور، نگار رئیسی؛ به سفارش دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس - وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، با همکاری دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

مشخصات نشر: قم: اندیشه ماندگار، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۱۸ ص.؛ مصور (رنگی)؛ ۲۲ x ۲۹ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۰۷-۴۵-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: نویسندگان فریبا یادگاری، اکبر داروئی، طلیعه ظریفیان، عطیه اشتری، نیره مهدی پور شهرپور، مرتضی فرازی، لیلا قلیچی...

عنوان دیگر: تلفظ صدای گفتار.

موضوع: گفتاردرمانی کودکان - Speech therapy for children - گفتار - نارسایی های کودکان - پیشگیری - Speech disorders in children - Prevention

شناسه افزوده: یادگاری، فریبا، ۱۳۴۳ - وفائی، شقایق، ۱۳۴۹، تصویرگر - قلی پور، مریم، ۱۳۵۹، تصویرگر - رئیسی، نگار، ۱۳۵۶، تصویرگر

شناسه افزوده: ایران. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی. دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس - دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

شناسه افزوده: University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences

رده بندی کنگره: RJ۴۹۶

رده بندی دیویی: ۴۵۵۸۲۹/۸۱۶

شماره کتابشناسی ملی: ۷۵۱۱۶۴۶

وضعیت رکورد: فیبا

بسته توانبخشی خانواده - محور تلفظ صداهای گفتار

به سفارش: دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس - وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
با همکاری دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

نویسندگان: دکتر فریبا یادگاری، دکتر اکبر داروئی، دکتر طلیعه ظریفیان، دکتر عطیه اشتری، نیره مهدی پور شهرپور، دکتر مرتضی فرازی، دکتر لیلا قلیچی، ابراهیمبرزگر بفروئی، مینا فتوحی، مامک جولایی، عطیه قزوینی، گلنوش گل محمدی، زهرا آقارسولی، دکتر مریم ترامشلو، سیدشهاب الدین حسینی نسب، دکتر کوثر باغبان، رضوانه نائیبیان، زهرا ولی تبار، دکتر مونا ابراهیمی پور، دکتر سید حامد برکاتی، دکتر حمیدرضا لرنژاد، دکتر ناریا ابوالقاسمی، نغمه تشکری

تصویرسازی: شقایق وفائی، مریم قلی پور، نگار رئیسی

ناشر: اندیشه ماندگار

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۹

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۰۷-۴۵-۹



انتشارات اندیشه ماندگار

قم. خیابان صفائیه (شهدا). انتهای کوی بیگدلی. نبش کوی شهید گلدوست. پلاک ۲۸۴

تلفن: ۰۲۵/۳۷۷۴۶۱۶۵-۳۷۷۴۶۱۴۲ همراه: ۰۹۱۲۲۵۲۶۲۱۳



- ۳ مقدمه
- ۴ سخنی با والدین
- ۵ راهنمای رشد تلفظ صداهای گفتاری در کودکان
- ۶ علایم هشدار برای تلفظ صداهای گفتاری
- ۹ تلفظ صداهای گفتار
- ۱۰ گوشه گیر شدن کودک به دلیل ناتوانی در بیان درست صداهای گفتار
- ۱۱ عصبانی شدن کودک در اثر ناتوانی در بیان و تلفظ درست صداها و کلمه ها
- ۱۱ تمرین هایی برای تقویت کارکرد عضلات لب، فک ها، و زبان
- ۱۱ تمرین باز کردن و بستن دهان
- ۱۲ تمرین بادکردن لب ها
- ۱۲ تمرین بیرون آوردن و تو بردن زبان
- ۱۲ تمرین حرکت زبان به چپ و راست
- ۱۳ تمرین لیس زدن لب ها
- ۱۳ تمرین فوت کردن
- ۱۴ تمرین نحوه نگه داشتن نی
- ۱۴ تمرین مکیدن و فوت کردن با نی
- کودک بعضی از کارها را به صورت خود به خودی درست انجام می دهد اما طبق دستور شما نمی تواند انجام دهد ۱۵
- کودک بعضی از صداها را به صورت خود به خودی می گوید اما طبق دستور شما نمی تواند بگوید ۱۵
- ۱۶ بازی صداسازی
- ۱۷ تمرین هایی برای قابل فهم تر کردن گفتار
- ۱۸ تشویق کودک به تکمیل کردن کلمه ها و تلفظ کامل آنها





سال‌های ابتدای کودکی زیربنایی برای کل زندگی فرد است. اگر به نیازها و حیطه‌های تکاملی کودکان در این دوران پاسخ مناسبی داده شود، کودکانی سالم‌تر، با قدرت تفکر و تعقل بیشتر و مهارت‌های عاطفی و اجتماعی بهتری خواهیم داشت. زبان، گفتار، بلع و ارتباط از مهم‌ترین حیطه‌های تکاملی است. زبان موهبت الهی برای برقراری عالی‌ترین رابطه انسان‌ها با یکدیگر است، رشد و تکامل زبان از دوران جنینی با شنیدن صدای مادر شروع شده و پس از تولد به نحو کامل‌تری ادامه می‌یابد. نقش گفتاردرمانی در مسیرشناسایی زود هنگام اختلالات گفتار و زبان و ارائه مشاوره به موقع بسیار حیاتی است. هدف از تدوین این کتاب ارائه اطلاعات و دانش لازم برای پیشگیری از اختلالات ارتباطی و بهبود بخشیدن به موقع از سوی خانواده‌ها است. این آموزش‌ها می‌تواند برای برقراری ارتباط صحیح و تصحیح روش‌های تغذیه‌ای کودکان طبیعی نیز کمک‌کننده باشد. ضمن تشکر از دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی برای تدوین این بسته آموزشی خانواده‌محور، امید است این مجموعه بتواند برای پیشگیری از ایجاد اختلال، اصلاح به هنگام اختلال و ارتقای تکامل کودکان طبیعی موثر باشد.

دکتر علیرضا رئیسی

معاون بهداشت

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

سخنی با والدین

والدین و مراقبان گرامی کودکان سرزمین عزیزمان ایران

این بسته برای استفاده شما طراحی شده است. برقراری ارتباط و رساندن پیام جزو حقوق اساسی هر انسان است. یکی از بهترین ابزارهای برقراری ارتباط، زبان کلامی است یعنی ما با استفاده از کلمه ها و جمله ها می توانیم نیازهایمان را اعلام کنیم و منظورمان، افکار و عقایدمان را به دیگران برسانیم و منظور و عقاید دیگران را بفهمیم. کودکان نیازهایشان را از طریق ایما و اشاره، نشان دادن، لمس کردن شما و حرف زدن اعلام می کنند. اما ممکن است مشکلات گفتار و زبان و اختلالاتی وجود داشته باشد که مانع از حرف زدن یا برقراری ارتباط مناسب کودک شود. این بسته برای کمک به پیشگیری یا کاهش و یا حذف اشکالات و اختلالات ارتباط، زبان، گفتار و بلع کودکان طراحی شده است. همچنین این مجموعه برای کودکانی که رشد طبیعی دارند قابل استفاده است، زیرا به والدین یا مراقبان کودک آموزش می دهد که چگونه بهترین روش ارتباط با کودک را به کار ببرند. اثربخشی این بسته کاملاً به همکاری شما والد یا مراقب گرامی وابسته است. لازم به یادآوری است که در صورت وجود مشکل جدی در رشد ارتباط، زبان، گفتار و بلع (دهانی و دهانی - حلقی) کودک نباید لزوم مراجعه به متخصصان مورد نیاز به ویژه آسیب شناسان گفتار و زبان (گفتار درمانگران) را فراموش کنیم. در صورت مراجعه به متخصصان و شروع برنامه های درمان پزشکی، توان بخشی و گفتار درمانی، این بسته می تواند به شکل کمکی مورد استفاده شما قرار بگیرد. در صفحه ی بعد رنگ های راهنمای استفاده از بسته آورده شده است که در شش حوزه رشد پیش زبانی (مربوط به نوزادی و اوایل کودکی تا ۱۸ ماهگی است یعنی زمانی که کودک هنوز نمی تواند حرف بزند یا اوایل حرف زدن است)، رشد اولیه زبان (در این بسته از ۱۸ ماهگی تا ۵ سالگی را شامل می شود)، درک شنیداری (یعنی فهمیدن کلمه ها و جمله هایی که به کودک گفته می شود)، تولید و تلفظ صداهای گفتاری (یعنی کودک صداهای گفتاری را چگونه تلفظ می کند و آیا گفتار او قابل فهم است)، ناروانی های گفتار و لکنت، بلع و تغذیه نوزادان و کودکان طبقه بندی شده است. شما می توانید برحسب این که کودک در کدام حوزه دچار مشکل است یا کدام حوزه را می خواهید ارتقاء دهید و تقویت کنید صفحه مربوطه را به راحتی از رنگ راهنمای بالای صفحه بیابید.

در ابتدای بسته چک لیست های رشد مهارت های ارتباط، زبان، گفتار بلع آورده شده است. سن تقویمی کودکان را در نظر بگیرید و مهارت های سنی او را با جداول تطبیق دهید. سپس



علايم هشدار يا خطر را كه زير هر جدول آورده شده بينيد. اگر كودك اين علايم هشدار را نشان مى دهد لازم است بر اساس رنگ به حوزه مربوطه مراجعه كنيد تا بتوانيد در پيشگيري يا كاهش علايم كمك كنيد. به خاطر داشته باشيد كه اين بسته جانشين متخصص گفتاردرمانى نيست و فقط به شكل تكميلي و در كنار مشورت كردن يا مراجعه به متخصص گفتاردرمانى مى تواند كمك كند. البته براى خانواده هاى كه كودك طبيعى دارند و فقط مى خواهند براى ارتقاء و تقويت مهارت هاى ارتباط ، زبان ، گفتار و بلع كودكشان از اين بسته استفاده كنند مراجعه به گفتاردرمانى اختيارى است.

راهنماى رشد تلفظ صداهاى گفتارى در كودكان

صداهاى كه هر كودك در سن خودش بايد بتواند تلفظ كند در شكل زير نمايش داده شده است:

پ، ب، ت، د، ق
م، ن، ف، و، ش، ه
خ، چ، ج، ل
ى، ك، گ، ع



ژ ، ر



س ، ز



علایم هشدار برای تلفظ صداهای گفتاری

بخش اول: در جدول زیر، مثال هایی از اشتباهات گفتاری کودکان گذاشته شده است. توجه داشته باشید هریک از این الگوهای اشتباه باید تا پایان سنی که زیر آن نوشته شده از گفتار کودکان حذف شده باشد. اگر این خطاها بیشتر از چهار بار در گفتار کودکان ظاهر شود، باعث می شود گفتار کودکان واضح نباشد. پس اگر در هر سن، دیدید هریک از خطاهای زیر را بیشتر از چهار بار بیان می کند، به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

پایان ۶ سالگی	پایان ۵/۵ سالگی	پایان ۵ سالگی	پایان ۴ سالگی	پایان ۳/۵ سالگی
«بُرت» به جای «مُغ» به جای «مَرغ»	«تار» به جای «کار»	«شاقو» به جای «چاقو»	«آیه» به جای «آره»	
«برد»	«تاغذ» به جای «کاغذ»	«ژارو» به جای «جارو»	«بُیو» به جای «بُرو»	
«سَت» به جای «جَخ» به جای «چَرخ»	«دوش» به جای «گوش»	«دیب» به جای «سیب»	«ایو» به جای «الو»	
«سرد»	«دریه» به جای «گریه»	«پیت» به جای «پیچ»	«یامپ» به جای «لامپ»	
«سَبِت» به جای «عَس / به جای «عکس»	«پتی» به جای «یکی»	«ابس» به جای «اسب»	«آیان» به جای «آلان»	
«جای / سبد»	«تو» به جای «توپ»	«مُلب» به جای «مُبل»	«چتاب» به جای «کتاب»	
«باس» به جای «تُن» به جای «تند»	«دا» به جای «داغ»	«پوپ» به جای «سوپ»	«جاکت» به جای «ژاکت»	
«باز»	«پاک» به جای «قطار»	«باب» به جای «باد»		
«پارک»	«نو» به جای «نون»			

بخش دوم: پدر و مادر عزیز در ادامه تعدادی از علایم هشدار که تلفظ صداهای گفتار کودک شما را تحت تأثیر قرار می دهد به شکل پرسش آمده است. به آنها توجه کنید و اگر در هر مورد سؤال داشتید به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

کودکانی که ویژگی های زیر را دارند، بیشتر در معرض اختلالات صدای گفتار هستند:

کودکانی که میان افراد خانواده شان مانند اقوام نزدیک و دور، سابقه مشکلات تلفظی مطرح بوده است.
کودکانی که والدینشان کمتر با آنها بازی چهره به چهره و کلامی دارند، کمتر برایشان کتاب میخوانند و کمتر با آنها وقت می گذرانند.
پسران در مقایسه با دختران بیشتر در معرض اختلالات صدای گفتار هستند.
کودکانی که خلق و خویی دارند که زود حواسشان پرت می شود، عصبانی یا هیجان زده می شوند و به طور کلی واکنش پذیرترند.
کودکانی که اطرافیان شان به چند زبان صحبت می کنند. مثلاً افراد خانواده در منزل هم فارسی، هم کردی صحبت می کنند. یا پدر و مادر فارسی زبان هستند اما پرستار یا مراقب کودک به زبان دیگری صحبت می کند.
اگر کودکان هریک از مشکلات گفتاری زیر را دارد در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید:
کودک از «ا» یا «آ» به جای بسیاری از صداهای گفتاری استفاده می کند، به عنوان مثال به جای مسواک می گوید «اآ»؟
کودک صدای اول کلمه ها را حذف می کند، مثلاً به جای سب می گوید «ایب».



کودکتان با وجود آن که صداهای اول کلمه‌ها را به کار می‌برد، با این حال بعضی از آنها را جا به جا تلفظ می‌کند، مثلاً به جای سیب می‌گوید «تیب».

کودکتان تعداد کمی از صداهای گفتاری را می‌تواند بیان کند.

کودکتان شش صدای گفتاری یا بیشتر را اشتباه تلفظ می‌کند.

کودکتان صداهای گفتاری مثل «ک» و «گ» را به جای «ت» و «د» تلفظ می‌کند، مثلاً توپ را «کوپ» و داداش را «گاگا» می‌گوید.

کودکتان هر یک از صداهای آ، ای، او، آ، ا، اُ را جا به جا تلفظ می‌کند، مثلاً به مسواک می‌گوید «میسواک»، یا به کلاه می‌گوید «کولاه».

کودکتان صدای پایانی کلمه‌ها را حذف می‌کند، مثلاً به جای توپ می‌گوید «تو» یا به اسب می‌گوید «آس».

(تعداد این حذف‌ها تا حدود ۵ سالگی حداکثر تا چهار مورد طبیعی است، مشاهده این خطا بیشتر از چهار مورد و یا مشاهده آن در کودکان بالاتر از ۵ سال نشانه خطر است).

کودکتان در حدود سه و نیم سالگی نتواند اکثر صداهای گفتاری را بیان کند، یا این که تعداد کمی صداهای گفتاری را دارد.

کودکتان یک کلمه را هر بار به شکل مختلفی بیان کند، مثلاً تلفن را یک بار «تفن»، نوبت بعد «تپ» و بار دیگر «تلیس» بگوید.

تا حدود دو سالگی، باید گفتار کودک شما تا حدودی برای دیگران قابل فهم باشد و در چهار- پنج سالگی صد در صد گفتار او برای اطرافیان قابل فهم باشد.

کودکتان تا پایان سه و نیم سالگی صداهای «پ، ب، ت، د، ق، م، ن، ف، و، ش، ه، خ، چ، ج، ل، ی، ک، گ، ع» را تلفظ نکند.

کودکتان تا پایان چهار سالگی صداهای «ر، ژ» را بیان نکند.

کودکتان تا پایان چهار و نیم سالگی صداهای «س، ز» را بیان نکند.

بخش سوم: به پرسش‌های زیر توجه کنید. این پرسش‌ها به صورت عمومی در مورد رشد کودک شما مطرح شده است و می‌تواند به صورت مستقیم یا غیرمستقیم در توانایی خوب صحبت کردن کودک شما اثرگذار باشد. توصیه‌های مربوط به پرسش‌های هشداردهنده نیز در جدول زیر آورده شده است.

پرسش هشدار دهنده	توصیه
آیا کودک‌تان در بدو تولد مورد بررسی شنوایی قرار گرفته است؟	حتماً با پزشک یا متخصص شنوایی‌شناسی مشورت کنید.
آیا کودک‌تان دچار کم‌شنوایی است؟	
آیا کودک‌تان در طی ماه گذشته بیش از سه بار به عفونت گوش میانی مبتلا شده است؟	
آیا کودک شما نقص‌های دهانی- صورتی مانند شکاف لب و کام دارد؟	به پزشک گوش و حلق و بینی، متخصص اطفال و گفتاردرمانگر مراجعه کنید.
آیا حرف زدن کودک شما تودماغی است؟	

آیا کودک شما به نقص های مادرزادی مثل سندرم داون یا فلج مغزی مبتلاست؟	به متخصص اطفال و گفتاردرمانگر مراجعه کنید.
آیا احساس می کنید کودکان در بیان صداها نسبت به هم سن و سالان عقب تر است؟ آیا تا حالا خانه بهداشت به شما پیشنهاد داده کودک مورد ارزیابی هوش قرار بگیرد؟	به متخصص اطفال، روانشناس و گفتاردرمانگر مراجعه کنید.
آیا کودکان در مهارت های تغذیه ای مانند مکیدن، گاز زدن و جویدن ضعف دارد؟	به گفتاردرمانگر مراجعه کنید. به بسته بلع مراجعه کنید.
آیا دندان های کودکان نامرتب است و یا فک او به شکل قابل توجهی جلوتر یا عقب تر از حالت معمول است؟	به گفتاردرمانگر و دندانپزشک متخصص ارتودنسی مراجعه کنید.
آیا احساس می کنید به هر دلیلی حرف زدن کودکان نسبت به هم سن و سالانش تأخیر دارد؟	به گفتاردرمانگر مراجعه کنید. علاوه بر این به بسته های مربوط به رشد درک شنیداری، پیش زبانی و زبانی نگاه کنید.
آیا در میان افراد خانواده شما کسانی هستند که مشکلات گفتاری، زبانی، خواندن و یادگیری داشته باشند؟	این موضوع را با متخصص اطفال و گفتاردرمانگر در میان بگذارید.
آیا گفتار کودکان واضح نیست و بعضی از صداها را تلفظ نمی کند؟	اگر گفتار کودکان بعد از ۳ سالگی واضح نیست به بسته اختلالات تلفظ گفتار و به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.
اگر در حین بلع (قورت دادن آب دهان)، زبان کودک به جلو حرکت می کند به گونه ای که نوک زبان در تماس با لب پایین قرار بگیرد، اگر در حین صحبت کردن، در حالی که فک پایین کمی باز است، زبان بیرون افتاده است، و اگر در حالت استراحت، دهان نیمه باز است و زبان بیرون افتاده است، به توصیه های رو به رو عمل نمایید.	به گفتاردرمانگر و دندانپزشک متخصص ارتودنسی مراجعه کنید.

مادر و پدر گرامی

در این بسته مطالبی مهم در ارتباط با گفتار و تلفظ صداهای گفتاری کودکان قرار داده شده است. در ابتدای این بسته شما شکلی را مشاهده می‌کنید که حاوی اطلاعات ضروری در ارتباط با سن ظاهر شدن هر صدا و اشتباهات تلفظی رایج کودکان تا پیش از دبستان است. هروقت سؤالی برای تان پیش آمد که فرزندم کدام صداهای گفتاری را در چه سنی باید بتواند بیان کند به این تصویر مراجعه کنید. در قسمت بالای این تصویر شما سن ظاهر شدن صداهای گفتاری و در پایین تصویر خطاهای رایج در گفتار کودکان را می‌بینید. در مورد خطاهای گفتاری هشیار باشید. تعداد آنها در هیچ سنی نباید بیشتر از چهار بار باشد، چرا که سبب می‌شود گفتار فرزند شما برای دیگران غیر قابل فهم بشود. اگر با چنین موردی مواجه شدید لازم است حتماً با یک گفتاردرمانگر مشورت کنید.

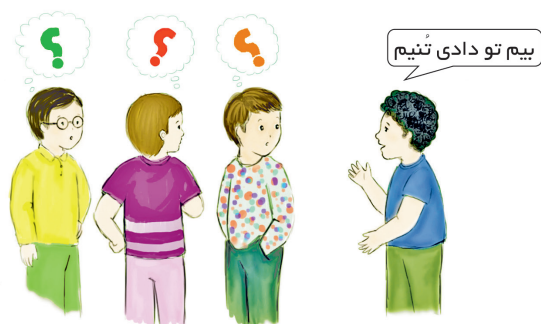
نحوه رو به رو شدن با نشانه‌های خطرو خطاهای تلفظی کودکان را قبلاً در ابتدای این بسته مطرح کردیم. این نکته را همیشه به یاد داشته باشید و به دیگران هم گوشزد کنید: ما هیچ وقت اجازه نداریم اشتباهات تلفظی فرزندانمان را نشانه شیرین زبانی او بدانیم یا تلاش کنیم مانند او صحبت کنیم یا او را تشویق کنیم. البته جالب است بدانید بسیاری از کودکان ممکن است در طول دوران تکامل خود با چنین خطاهایی رو به رو بشوند. بسیاری از والدین برایشان این سؤال پیش می‌آید که «چرا فرزند من نمی‌تواند خوب حرف بزند اما دخترخاله‌اش که هم‌سنش است مثل بلبل حرف می‌زند؟» در نبود یک سری علت مانند شکاف کام و کم‌شنوایی و مشکلات هوشی، چرایی این موضوع تفاوت‌های فردی است. بعضی از کودکان ممکن است دیرتر از سایر هم‌سالانشان در برخی مهارت‌ها به رسی (پختگی) در حرکت اندام‌های گفتار یا مهارت‌های زبانی برسند. برخی از کودکان نیز ممکن است در شرایطی به سر ببرند که احتمال بروز خطاهای گفتاری برایشان بیشتر باشد. ما تعدادی از این نشانه‌های خطرا در جدولی در ابتدای بسته گذاشته‌ایم. هدفمان از آوردن این نشانه‌ها این است که بگوییم مثلاً اگر فرزندان زیاد سرما می‌خورد (بیش از سه بار در یک ماه) این یک علامت هشدار دهنده است که حواستان باشد ممکن است در آینده در معرض اشکالاتی در تلفظ صداهای گفتاری قرار بگیرد پس باید مراقب باشید و در صورت بروز مشکل ضمن رجوع به توصیه‌های این کتاب به متخصصان مانند گفتاردرمانگر، متخصص اطفال مراجعه کنید تا اقدامات لازم را به شما گوشزد کنند.



در بخش پیش رو توصیه‌هایی هست که برای کسب برخی از مهارت‌ها که برای تلفظ صداهای گفتاری مهم است آورده شده است. اگر کودکان این مهارت‌ها را دارد او را تشویق کنید، اگر آن مهارت را ندارد ضمن آن که به توصیه کتاب عمل می‌کنید در اولین فرصت به یک گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

گوشه‌گیر شدن کودک به دلیل ناتوانی در بیان درست صداهای گفتار

هرچه کودک بزرگتر می‌شود گفته‌هایش برای دیگران قابل فهم‌تر می‌شود. تقریباً تا حدود ۴ سالگی اطرافیان و آشنایان باید بیشتر آن چه را که کودک می‌گوید متوجه شوند. گاه پیش می‌آید هم‌سالان کودکان به این دلیل که حرف‌های او را متوجه نمی‌شوند با او ارتباط برقرار نکنند. حتی ممکن است به همین دلیل کودکان گوشه‌گیر شود و کمتر با کودکان همسن و سالش بازی کند.





عصبانى شدن کودک در اثر ناتوانى در

بيان و تلفظ درست صداها و كلمه ها

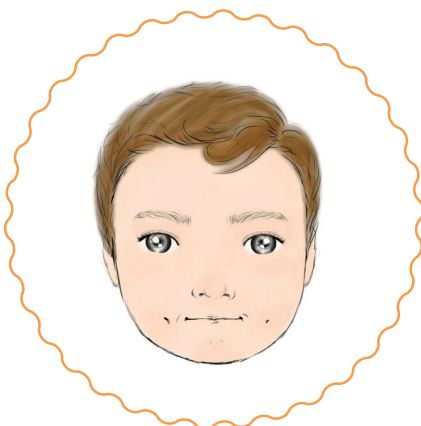
يکى از دلايل پرخاشگرى و گوشه گيرى اين است که کودکان صداهاى گفتارى را درست تلفظ نمى کنند. ضمن آن که لازم است در اولين فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنيد در ادامه تمرين هاىي آمده است که انجام آن مى تواند به بهبود عملکرد اندام هاىي که در تلفظ صداهاى گفتارى نقش دارند کمک کند.

تمرين هاىي براى تقويت کارکرد عضلات لب، فک ها، و زبان

اگر کودکان در کارهاىي مثل فوت کردن، سق زدن، سرفه کردن، لیسیدن لب ها، بوسیدن و بادکردن گونه ضعف دارد تمرين هاىي را که در ادامه مى آيد با او انجام دهيد. در اجراى اين تمرين ها دقت داشته باشيد: توجه کودک را به خود جلب کنيد، هم سطح کودک بنشينيد، اول خودتان آن کار را انجام بدهيد و بعد از او بخواهيد آن را مثل شما انجام بدهد.

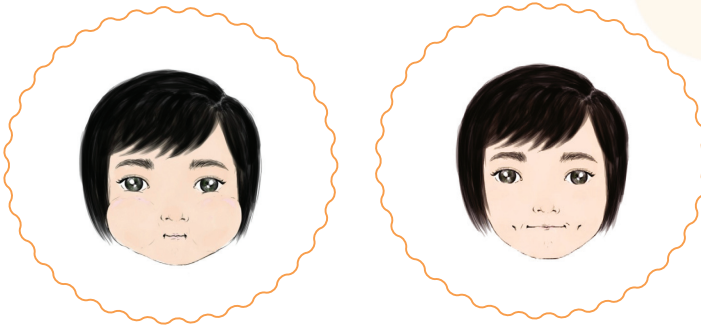
تمرين باز کردن و بستن دهان

به کودک بگوئيد سرش را تا حد ممکن صاف نگه دارد، دهانش را باز کند، و زبان را در کف دهان نگه دارد، سپس دهانش را محکم ببندد.



تمرین بادکردن لپ‌ها

به کودکان بگویید سرش را تا حد ممکن صاف نگه دارد، لب‌هایش را محکم روی هم فشار دهد، سپس لب‌هایش را باد کند.



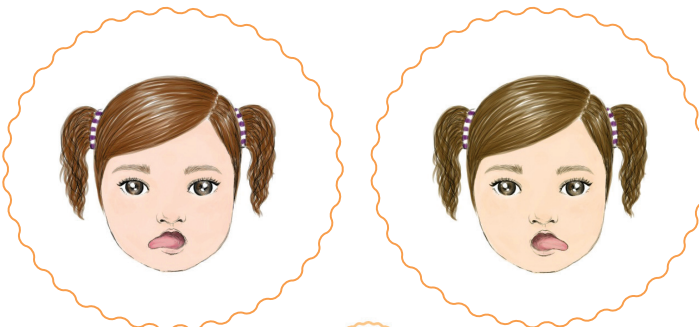
تمرین بیرون آوردن و تو بردن زبان

به کودکان بگویید سرش را تا حد ممکن صاف نگه دارد، دهانش را باز کند و زبانش را مستقیم بیرون بیاورد. سپس زبان را داخل برده و دهان را ببندد.



تمرین حرکت زبان به چپ و راست

به کودکان بگویید دهانش را باز کند و زبان را بیرون بیاورد و آن را از سمتی به سمت دیگر، به چپ و راست حرکت دهد.





تمرین لیس زدن لب‌ها

از کودکان بخواهید مانند شما لب‌هایش را لیس بزنند. در حرکات بالا و پایین، چپ و راست بردن زبان و لیسیدن لبها، حرکت مستقل زبان از سرو فک مورد نظر است. یعنی مثلاً وقتی زبانش را به طرف راست یا چپ دهان می‌برد سرش را به همان طرف حرکت ندهد.



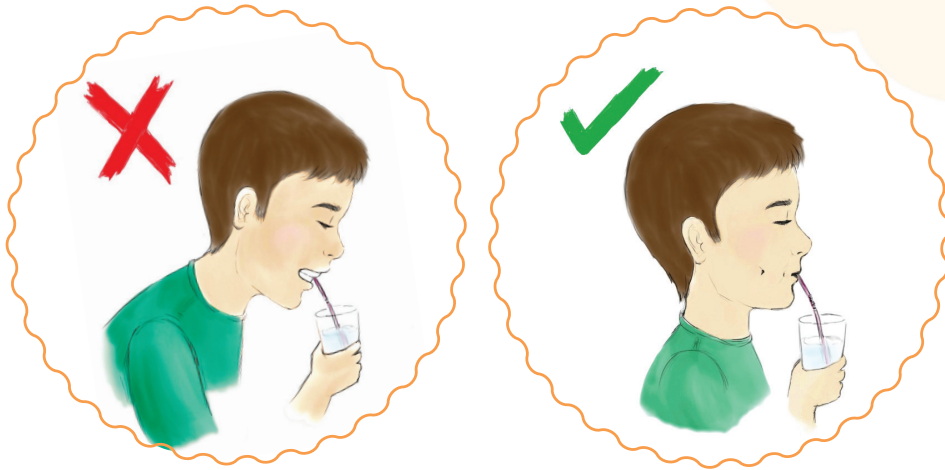
تمرین فوت کردن

برای تقویت مهارت فوت کردن به کودکان بگویید سرش را تا حد ممکن صاف نگه دارد، لب‌هایش را ببندد و فوت کند. می‌توانید از تکه‌ای کاغذ استفاده کنید تا کودکان آن را با فوت کردن حرکت دهد. یا از او بخواهید شمعی را فوت کند. به این منظور ابتدا کاغذ یا شمع را نزدیک دهانش بگیرید. وقتی کودکان توانست فوت کند، کاغذ یا شمع را دورتر بگیرید تا مجبور شود محکم‌تر فوت کند. شمع را در جایی بگیرید که دقیقاً جلوی دهان کودک باشد.



تمرین نحوه نگه داشتن نی

به کودکان بگویید سرش را تا حد ممکن صاف نگه دارد، لب هایش را ببندد، و یک نی را با لب هایش نگه دارد بدون آن که آن را گاز بگیرد.



تمرین مکیدن و فوت کردن بانی

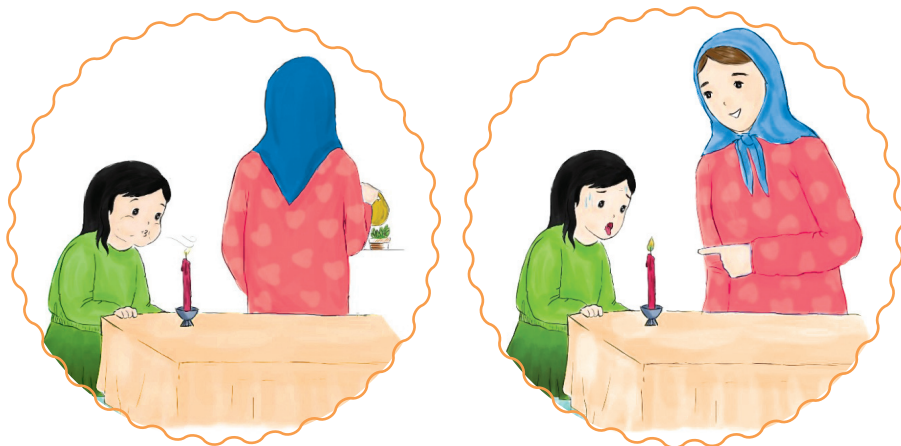
یک نی را داخل لیوانی پر از آب، چای یا آبمیوه قرار دهید. از کودکان بخواهید آب، چای یا آبمیوه داخل لیوان را مک بزنند. همچنین کودک می تواند بانی در داخل آب یا چای فوت کند تا حباب تشکیل شود.





کودک بعضی از کارها را به صورت خود به خودی درست انجام می دهد اما طبق دستور شما نمی تواند انجام دهد.

اگر چنین است، ضمن این که باید به گفتاردرمانی مراجعه کنید، می توانید این تمرین را انجام دهید: با هم جلوی آینه بروید و از او بخواهید خوب به شما نگاه کند و مرحله به مرحله بعد از شما کار مورد نظر را تکرار کند. مثلاً برای فوت کردن شمع ابتدا دهانش را باز کند، سپس دهانش را گرد کند و در آخر تلاش کند شمع را خاموش کند.



کودک بعضی از صداها را به صورت خود به خودی می گوید اما طبق دستور شما نمی تواند بگوید.

ممکن است کودکان به شکل اتوماتیک صداها یا کلمات را درست تلفظ کند اما زمانی که از او می خواهید آن صدا را برای شما بگوید آن را اشتباه تلفظ می کند، مثلاً در تفنگ بازی صدای /کیو کیو/ را می گوید اما وقتی از او بخواهید /کیو کیو/ را برای شما تکرار کند آن را به اشتباه /تیو تیو/ بگوید. در چنین مواردی از بخش کردن کلمات استفاده کنید. مثلاً /کی + یو/ و از کودک بخواهید مانند شما کلمه را تکرار کند. در صورت حل نشدن مشکل به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

اگر کودکان هر بار صدای گفتاری را به شکلی متفاوت بیان می کند مثلاً /ک/ را یک بار /ک/، بار دوم /ت/ و بار دیگر /گ/ می گوید، در این حالت توجه داشته باشید در هنگام بازی و حرف زدن با کودکان او چهره شما را ببیند. همیشه سعی کنید شمرده و واضح با او صحبت کنید. می توانید با هم جلوی آینه بروید و از او بخواهید خوب به شما نگاه کند و بعد از شما صداهای مورد نظر را تکرار کند. در صورت حل نشدن مشکل به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

ممکن است کودکان صداهای گفتاری را در کلمات ساده درست تلفظ کند اما همان صدا را در کلمات طولانی تر اشتباه تلفظ کند، مثلاً /ت/ را در /توت/ درست اما در /توت فرنگی/ اشتباه

تلفظ کند. در چنین مواردی از بخش کردن کلمه ها استفاده کنید. مثلاً توت فرنگی را به شکل /توت + ف + ز + گ/ بگویید و از کودک بخواهید مانند شما کلمه را تکرار کند. در صورت حل نشدن مشکل به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

بازی صداسازی (۱)

به صداهایی که کودکان می گوید گوش دهید. به او لبخند بزنید و صداها را برایش تکرار کنید. بگذارید کودکان بدانند شما از صداسازی های او خوشحال هستید.



بازی صداسازی (۲)

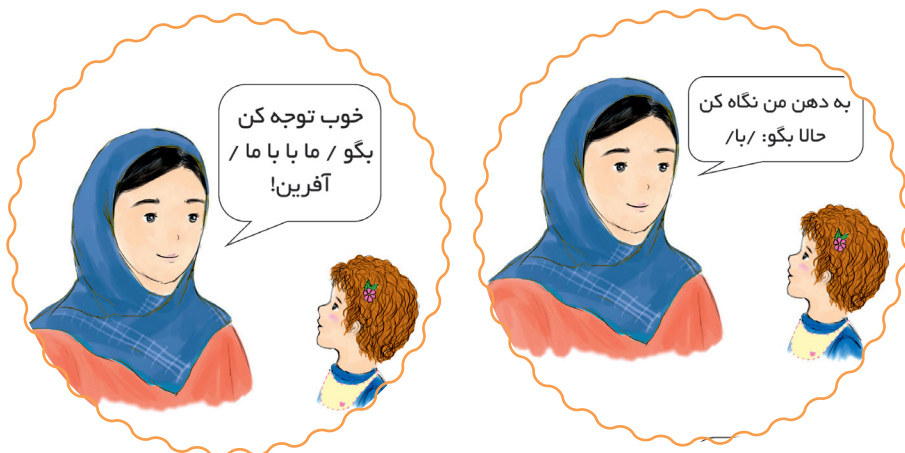
از کودکان بخواهید صداهایی مانند /آ/، /آ/، /ای/ و /او/ را بیان کند. بگذارید هنگامی که صداها را بیان می کنید کودکان به صورت و دهان شما نگاه کند. سپس از او بخواهید مانند شما، حرکاتی را با دهان خود برای بیان صداها انجام دهد.





بازی صداسازی (۳)

از کودکان بخواهید خوب به شما نگاه کند و صداهای /با/، /پا/، /دا/، /ما/ را تکرار کند، او را برای انجام این کار تشویق کنید. از کودکان بخواهید صداهای /ما ما ما ما/، /ما ما پا پا/، /ما با با ما/ را بگوید و او را تشویق کنید.



تمرین‌هایی برای قابل فهم‌تر کردن گفتار

با دقت گوش بدهید تا بفهمید کودکان برای بیان بعضی از کلمات تلاش می‌کند. یعنی آهنگ کلمه را می‌گوید مثلاً به جای بابا می‌گوید «آآ» یا به جای بده می‌گوید «اا»، در این حالت برای بالا بردن وضوح گفتار کودک می‌توانید از او بخواهید به صورت شما نگاه کند و او را تشویق کنید تا /بابا/ بگوید. با این حال، اگر نتوانست این کار را انجام دهد، به هیچ عنوان او را مجبور به بیان درست آن کلمه و صدا نکنید، و برای اصلاح تلفظ کودکان به گفتاردرمانی مراجعه کنید.





تشویق کودک به تکمیل کردن کلمه ها و تلفظ کامل آنها

اگر کودکان می توانند تعدادی صدا مثل /آ/، / /، /با/، /دا/ را به طور واضح بیان کنند، از او بخواهید تعدادی کلمه با آن صداها بگوید. مثلاً وقتی می تواند /با/ را بگوید از او بخواهید /بابا/ بگوید.

والدین عزیز، اگر کودک شما در بیان هر یک از صداهای گفتاری مشکل تلفظی دارد، ضمن آن که لازم است در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید، برای آماده سازی کودک برای بیان درست آن صداها می توانید از کلمات و نام آواهای زیر در قالب بازی های آوایی استفاده کنید.

نام آواها و کلمه های ساده	صدای گفتاری	نام آواها و کلمه های ساده	صدای گفتاری
عاعا	ع	بیب بیب، به به	ب
اوف اوف، فیش فیش	ف	پیف پیف، پوف پوف	پ
قان قان، قارقار، قام قام	ق	تق تق، تاتی تاتی	ت
کیو کیو	ک	جیک جیک، جوجو	ج
میگ میگ	گ	چیک چیک، صدای عطسه (عطچو)	چ
لا لا	ل	خش خش، آخ، اوخ	خ
صدای گاو (ما ما)، می می	م	دَد، دادا	د
نه نه، نون، نی نی	ن	صدای موتور (رررررر)	ر
وای وای، یواش یواش	و	ویز ویز، صدای زنگ (ززززز)	ز
ها ها، هورا هورا	ه	صدای ماشین در حال حرکت (ویژویژ)	ژ
آی، یویو، یک	ی	هیس، صدای مار (سسسسس)، سه	س
		شُرشر، صدای جریان آب (ششششش)	ش



انتشارات اندیشه ماندگار

۰۲۵-۳۷۷۴۲۱۴۲-۳۷۷۳۶۱۶۵

ISBN 622700745-5

