



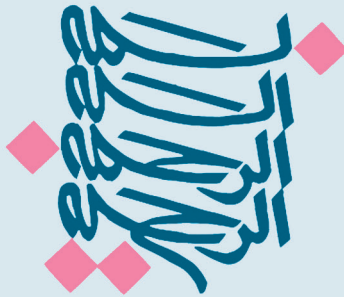
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت کودکان

بسته توانبخشی خانواده - محور

ارتباط، زبان، گفتار و بلع

در کودکان ایرانی از تولد تا ۵ سالگی





بسته توانبخشی خانواده-محور

ارتباط، زبان، گفتار و بلع در کودکان ایرانی از تولد تا ۵ سالگی

جمهوری اسلامی ایران وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی	
مجوز چاپ و انتشار کتاب	
شماره پیگیری: ۲۱۷۸۲۳۸ تاریخ صدور: ۱۳۹۹/۱۱/۱۴	مشخصات کتاب نام: بسته توانبخشی خانواده-محور (ارتباط، زبان، گفتار و بلع در کودکان ایرانی از تولد تا ۵ سالگی) نویسنده/نویسندگان: فریبا یادگاری مترجم/مترجمان: گردآورنده/مصحح/اسیر نقش ها: قطع کتاب: رحلی رده سنتی: بزرگسال شاباه مجوز: ۹۰۵۷۳۵۰۴۵۱۸۷۸
تعداد صفحه: ۱۱۰ شابک/شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۰۷-۲۰-۶	مشخصات ناشر نام ناشر: انتشارات ماندگار
شماره پروانه نشر: ۷۷۶۸	دفتر توسعه کتاب و کتابخوانی
	

عنوان و نام پدیدآور: بسته توانبخشی خانواده - محور: ارتباط، زبان، گفتار و بلع در کودکان ایرانی از تولد تا ۵ سالگی / نویسندگان فریبا یادگاری ... [و دیگران]؛ به سفارش دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس - وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با همکاری دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی؛ تصویرسازی شقایق وفایی، مریم قلی پور، نگار رئیس.

مشخصات نشر: قم: اندیشه ماندگار، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۱۱۰ ص: مصوررنگی).

شابک: ۶-۲۰-۷۰۰۷-۶۲۲-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

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

عنوان دیگر: ارتباط، زبان، گفتار و بلع در کودکان ایرانی از تولد تا ۵ سالگی.

موضوع: مهارت‌های زبانی (دوران اولیه کودکی) - ایران (Iran) - Language arts (Early childhood)

شناسه افزوده: یادگاری، فریبا، ۱۳۴۳ - وفایی، شقایق، ۱۳۴۹، تصویرگر - قلی پور، مریم، ۱۳۵۹، تصویرگر - رئیس، 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: ۵/LB۱۱۳۹

رده بندی دیویی: ۶/۳۲۷

شماره کتابشناسی ملی: ۷۵۰۹۹۷۶

وضعیت رکورد: فیبا

بسته توانبخشی خانواده - محور ارتباط، زبان، گفتار و بلع در کودکان ایرانی از تولد تا ۵ سالگی

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، ابراهیم برزگر 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 سیدحامد برکاتی، دکتر حمیدرضا الرنژاد، دکتر ناریا ابوالقاسمی، نغمه تشکری

تصویرسازی: شقایق وفایی، مریم قلی پور، نگار رئیس

ناشر: اندیشه ماندگار

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۹

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۶-۲۰-۷۰۰۷-۶۲۲-۹۷۸



انتشارات اندیشه ماندگار

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

تلفن: ۰۲۵/۳۷۷۳۶۱۶۵-۳۷۷۴۲۱۴۲ همراه: ۰۹۱۲۵۲۶۲۱۳



فهرست

- ۴..... مقدمه
- ۵..... سخنی با والدین
- ۶..... راهنمای مراحل رشد

راهنمای مداخلات خانواده

۲۳..... رشد پیش زبانی

۴۱..... رشد زبان

۵۹..... درک شنیداری

۷۷..... تلفظ صداهای گفتار

۸۷..... ناروانی های گفتار و لکنت

۱۰۱..... بلع و تغذیه

مقدمه

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 مسیر شناسایی 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 خانواده محور، 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 کلمه‌ها و جمله‌ها می‌توانیم 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 می‌کنند. 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 می‌دهد 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 آسیب‌شناسان گفتار و زبان (گفتار درمانگران) را فراموش کنیم. در صورت مراجعه به متخصصان و شروع برنامه‌های درمان پزشکی، توان بخشی و گفتاردرمانی، این بسته می‌تواند به شکل کمکی مورد استفاده شما قرار بگیرد. در صفحه‌ی بعد رنگ‌های راهنمای استفاده از بسته آورده شده است که در شش حوزه رشد پیش‌زبانی (مربوط به نوزادی و اوایل کودکی تا ۱۸ ماهگی است یعنی زمانی که کودک هنوز نمی‌تواند حرف بزند یا اوایل حرف زدن است)، رشد اولیه زبان (در این بسته از ۱۸ ماهگی تا ۵ سالگی را شامل می‌شود)، درک شنیداری (یعنی فهمیدن کلمه‌ها و جمله‌هایی که به کودک گفته می‌شود)، تولید و تلفظ صداهای گفتاری (یعنی کودک صداهای گفتاری را چگونه تلفظ می‌کند و آیا گفتار او قابل فهم است)، ناروانی‌های گفتار و لکنت، بلع و تغذیه نوزادان و کودکان طبقه‌بندی شده است. شما می‌توانید برحسب این که کودک در کدام حوزه دچار مشکل است یا کدام حوزه را می‌خواهید ارتقاء دهید و تقویت کنید صفحه مربوطه را به راحتی از رنگ راهنمای بالای صفحه بیابید.

در ابتدای بسته چک لیست‌های رشد مهارت‌های ارتباط، زبان، گفتار بلع آورده شده است. سن تقویمی کودکان را در نظر بگیرید و مهارت‌های سنی او را با جداول تطبیق دهید. سپس علایم هشدار یا خطر را که زیر هر جدول آورده شده ببینید. اگر کودک این علایم هشدار را نشان می‌دهد لازم است براساس رنگ به حوزه مربوطه مراجعه کنید تا بتوانید در پیشگیری یا کاهش علایم کمک کنید. به خاطر داشته باشید که این بسته جانشین متخصص گفتاردرمانی نیست و فقط به شکل تکمیلی و در کنار مشورت کردن یا مراجعه به متخصص گفتاردرمانی می‌تواند کمک کند. البته برای خانواده‌هایی که کودک طبیعی دارند و فقط می‌خواهند برای ارتقاء و تقویت مهارت‌های ارتباط، زبان، گفتار و بلع کودکان از این بسته استفاده کنند مراجعه به گفتاردرمانی اختیاری است.

راهنمای مراحل رشد

فهرست مهارت‌های رشد پیش‌زبانی

بیان و گفتن	درک و فهم زبان
تولد تا ۸ ماهگی (کودکی که هنوز ارتباط برقرار نمی‌کند)	
گرسنگی یا ناراحتی خودش را با گریه نشان می‌دهد.	به صدا واکنش نشان می‌دهد.
از حدود ۳ ماهگی صداهایی مثل آ، ا و آغون را می‌گوید.	از حدود ۴ ماهگی وقتی با کودک صحبت می‌شود شروع به لبخند زدن می‌کند.
وقتی کودک صداسازی می‌کند و مادر پس از وی همان صداسازی را تکرار می‌کند، کودک دوباره برای ادامه بازی با مادر صداسازی می‌کند.	وقتی که به صورت رو در رو و در فاصله نزدیک با کودک صحبت می‌شود به چهره و چشمان مادر توجه می‌کند (۴ ماهگی).
	از حدود ۴ ماهگی به لحن صحبت اطرافیان واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهد. مثلاً وقتی قربان صدقه‌اش می‌روید می‌خندد و وقتی به او اخم می‌کنید لب برمی‌چیند.
۸ تا ۱۲ ماهگی (کودکی که در مرحله برقراری ارتباط است)	
صداهایی مانند «با، ما، دا، گا» را از خودش در می‌آورد و گاهی به صورت پشت سرهم مثلاً «بابابابا» می‌گوید.	به اسمش واکنش نشان می‌دهد.
وقتی چیزی می‌خواهد دستش را به سمت آن دراز می‌کند.	کلمه‌های ساده‌ای مثل «نکن»، «بیا»، «آب»، «دَد»، «مامان» و «بابا» را متوجه می‌شود.
حرکات ساده‌ای مثل «دس دسی»، «سرسری» و صداهایی مانند «بَب»، «دادا» را از دیگران تقلید می‌کند.	با شنیدن آهنگ شروع به تکان تکان دادن خود و یا صداسازی کردن می‌کند.
	می‌داند که از اشیاء آشنا مثل شیشه شیر، تلفن و یا قاشق چگونه استفاده کند.
	وقتی عکسی یا وسیله‌ای را به کودک نشان می‌دهید به آن توجه و نگاه می‌کند.
۱۲ تا ۱۸ ماهگی (کودکی که در مرحله تک کلمه و جمله‌های دوکلمه‌ای است)	
کلمه‌هایی مانند «مامان»، «آب» و «آبی» را در جاهای درست استفاده می‌کند مثلاً وقتی تشنه است می‌گوید «آب».	دستورات ساده‌ای مانند «بده من»، «بیا اینجا» و «بشین» را متوجه می‌شود و انجام می‌دهد.
وقتی چیزی از شما می‌خواهد یا قصد دارد توجه شما را به سمت چیزی جلب کند با انگشتش به سمت آن اشاره می‌کند.	اشیاء زیادی را به درستی استفاده می‌کند مثلاً شانه را به موهایش می‌زند.
کلمه‌های ساده‌ای مانند «توپ»، «نینی» و «لالا» را بعد از شما تکرار می‌کند.	از حدود ۱۸ ماهگی به بعد ادای انجام کارهایی مثل غذا دادن، خواباندن عروسک، رانندگی کردن را در بازی‌هایش در می‌آورد.



علائم هشدار در کودکان از تولد تا ۱۸ ماهگی

نشانه‌های خطر از تولد تا ۸ ماهگی

کودک شما گریه نمی‌کند.
کودک شما به صداها حتی صداهای بلند واکنش نشان نمی‌دهد.
وقتی با او از فاصله نزدیک حرف می‌زنید به صدا و چهره شما توجه نمی‌کند.
هیچ گونه صدایی از خودش در نمی‌آورد.

نشانه‌های خطر از ۸ تا ۱۲ ماهگی

تا ۱۲ ماهگی هیچ صدایی را بیان نمی‌کند و یا فقط صداهایی مانند «آ»، «ا»، «آ» را می‌گوید.
از دیگران درخواست نمی‌کند.
دست یا انگشتش را برای درخواست چیزی دراز نمی‌کند.
حرکت یا صداسازی دیگران را تقلید و تکرار نمی‌کند.
به اسمش واکنش نشان نمی‌دهد.

نشانه‌های خطر از ۱۲ تا ۱۸ ماهگی

هیچ کلمه‌ای نمی‌گوید.
دستورات ساده را متوجه نمی‌شود.
برای درخواست کردن چیزی از انگشت اشاره یا دراز کردن دست به سمت آن استفاده نمی‌کند.

فهرست مهارت‌های رشد گفتار و زبان در کودکان ۲ تا ۳ ساله

صحت کردن	درک و فهم زبان
بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ کلمه بیان می‌کند.	معنی ۹۰۰ تا ۱۰۰۰ کلمه را می‌فهمد.
نیاز به دستشویی را به صورت کلامی بیان می‌کند.	معنی کلمه‌هایی مانند «یک»، «همه»، «بالا» و «پایین» را می‌فهمد.
نام کارها یا چیزهای درخواستی خود را می‌گوید.	هنگامی که نام تصاویر در کتاب گفته می‌شود به آنها اشاره می‌کند.
به پرسش‌های ساده پاسخ می‌دهد.	از دستورات ساده پیروی می‌کند.
جمله‌های پرسشی دو کلمه‌ای می‌پرسد مانند «کجا مریم؟» یا «بابا کو؟»	از گوش دادن به داستان‌های کوتاه، آوازه‌ها و شعرهای کودکان لذت می‌برد.
عبارت‌های ۳ تا ۴ کلمه‌ای بیان می‌کند.	معنی کلمه‌هایی مانند «توی»، «روی»، «زیر»، «بالای»، «جلوی» و «پشت» را می‌فهمد.
در گفتار خود کلمه‌هایی مانند «با»، «از»، «و»، «یک» و «هیچی» به کار می‌برد.	اکثر پرسش‌های مربوط به محیط زندگی و کارهای محیطی را درک می‌کند.
کلمه‌های جمع مانند بچه‌ها و مدادها را به کار می‌برد.	
افعالی مثل «می‌خورم»، «می‌پوشم»، «بده»، «برو»، «پوش» و «خوردم» و «پوشیدم» را به کار می‌برد.	
خطاهای دستور زبان مانند «دیروز افتادمش» یا «اینجا کجا بذار» دارد.	
می‌تواند به برخی پرسش‌ها مانند «وقتی گرسنه یا تشنه‌ای، یا سرده باید چه کار کنی؟» با استدلال پاسخ دهد.	
می‌تواند اسم، سن و جنسیت خود را بگوید.	

علایم هشدار برای کودکان ۲ تا ۳ ساله

کمتر از ۱۰۰ واژه بیان می‌کند.
کودک نمی‌تواند عبارت‌های ۲ کلمه‌ای بگوید.
از کلمه‌های پرسشی مانند «کی یا چه کسی»، «کجا»، «چرا»، «چه کار»، «چقدر» و «چند» استفاده نمی‌کند.
نمی‌تواند دستورات ساده را اجرا کند.
نمی‌تواند درخواست‌های خود را بگوید.



فهرست مهارت‌های رشد گفتار و زبان در کودکان ۳ تا ۴ ساله

درک و فهم	صحبت کردن
معنی ۱۰۰۰ تا ۱۵۰۰ را می‌فهمد.	جمله‌های او ۴ تا ۵ کلمه دارند.
معنی کلمه‌های «بزرگ‌تر و پهن‌تر» را زمانی درک می‌کند که مخالف و برعکس آنها یعنی «کوچک‌تر و باریک‌تر» وجود داشته باشد.	اشیاء معمول و آشنا را در کتاب یا مجلات نام می‌برد.
دستورات ۲ تا ۳ مرحله‌ای را اجرا می‌کند مانند «درو ببند و بعد کفشاتو دربیار» یا «اول چراغو خاموش کن بعد لیوان و بذار رو میز بعد قاشق و بیار».	کلمه‌های ۴ بخشی مانند «هندوانه» را تکرار می‌کند.
به آسانی دستورات ساده را اجرا می‌کند حتی اگر اشیایی که از او خواسته‌اند در محدوده بینایی او و یا نزدیکی نباشند.	اغلب نظراتش را آزادانه بیان می‌کند.
	وقتی مشغول انجام کاری است، آن را با کلام هم بیان می‌کند.
	پرسش‌های ساده را با استفاده از کلمه‌های پرسشی «کی؟ چی؟ کی؟ کجا؟ چرا؟ چطوری؟» می‌پرسد، مثلاً «کی اونجاست؟ چی می‌خوری؟ کجا می‌خواهیم بریم؟».
	می‌تواند استدلال‌های مقایسه‌ای ساده انجام دهد مثلاً «من با پا راه میرم، ماهی تو آب شنا می‌کنه».
	ممکن است از تکرار حرف‌های بزرگسالان در کلام خود استفاده کند بدون این که معنی آنها را بداند.
	می‌تواند پیچ پیچ کند.
	دستور زبان جمله‌ها را بیشتر از قبل رعایت می‌کند هرچند ممکن است هنوز خطاهایی داشته باشد.
	دو اتفاق را با رعایت ترتیب زمانی آنها بیان می‌کند مانند «اول رفتیم شهر بازی، بعدش رفتیم پیتزا خوردیم».
	دست کم ۴ نوع حرف اضافه یا حرف ربط را می‌تواند استفاده کند مانند استفاده از حرف ربط «و» برای وصل کردن جمله‌ها به همدیگر.

علایم هشدار برای کودکان ۳ تا ۴ ساله

کودک نمی‌تواند جمله‌های کامل بسازد و بیان کند.
نمی‌تواند اشیاء ساده را نام ببرد.
در روابط اجتماعی از واژه‌ها جهت احترام و تحسین و خداحافظی استفاده نمی‌کند.

فهرست مهارت های رشد گفتار و زبان در کودکان ۴ تا ۵ ساله

درک و فهم	صحبت کردن
معنی بیش از ۲۸۰۰ کلمه را می فهمد.	بین ۹۰۰ تا ۲۰۰۰ کلمه بیانی ممکن است داشته باشد.
۴ تا ۶ رنگ را می شناسد.	از جمله های ۴ تا ۶ کلمه ای استفاده می کند.
به داستان های کوتاه و ساده با دقت گوش می دهد و به پرسش های ساده مربوط به آنها پاسخ می دهد.	می تواند تا ۱۰ بشمرد و مفهوم عدد را تا ۳ درک می کند.
به پرسش های دو قسمتی پاسخ می دهد، مانند «بابا چی خرید؟ بعدش کجا رفت؟».	کاربرد اشیاء معمول و آشنا را می تواند توصیف کند و به پرسش هایی راجع به عملکرد اشیاء پاسخ می دهد «مثلاً با قاشق چه کار می کنی؟».
دستورات سه مرحله ای را می تواند انجام بدهد.	جمله های او از نظر دستور زبان درست هستند.
مفاهیم زمانی ساده مانند «صبح»، «بعدازظهر»، «شب»، «روز»، «بعداً»، «حالا»، «قبل»، «امروز» و «دیروز» را می فهمد.	معنی کلمه ها را می پرسد مثلاً «غمگین یعنی چه؟»
	با کلمه ها بازی می کند و به زبان خودش شعر می سازد. از هجاهای بی معنی، هم قافیه و هم وزن لذت می برد.
	داستانی در حدود ۴ تا ۵ پاراگراف را با ترتیب درست بازگو می کند.
	از جمله های تقریباً طولانی به شکل جمله های پیچیده و مرکب می تواند استفاده کند و دستور زبان را کاملاً رعایت می کند.
	در مورد تجربه هایش در مدرسه و خانه با دوستان و سایر افراد صحبت می کند.

علایم هشدار برای کودکان ۴ تا ۵ ساله

با بیان جمله های پی در پی نمی تواند گفت و گو کند، به عنوان مثال درباره وقایع و حوادث، مجموعه های تلویزیونی و داستان های طولانی صحبت نمی کند.
کودک نمی تواند جمله های کامل بسازد و آنها را بیان کند.
کودک نمی تواند از دستورات اطرافیان پیروی کند.
کودک لکنت دارد یعنی با فشار، اول کلمه ها را تکرار می کند یا کلمه ها را می کشد.
گفتار کودک واضح نیست.



فهرست مهارت های رشد درک شنیداری از تولد تا ۶ سالگی

بدو تولد

درواکنش به صداهای بلند و ناگهانی از جامی پرد یا گریه می کند.
به صداهای زیادی از جمله اصوات ریتمیک و آهنگین حساس است.
صدای مادرش را می شناسد و ترجیح می دهد؛ اگر در حال گریه باشد، ساکت می شود.
درواکنش به صداها، سرعت مکیدنش کم یا زیاد می شود.

سه ماهگی

به صدای انسان ها توجه می کند.
با صدای مادرش بیدار یا آرام می شود.
به صدای مادرش با صداسازی واکنش نشان می دهد.
با شنیدن اصوات خودش، آنها را تقلید می کند.
چشم هایش را به سمت منبع تولید صدا می چرخاند.
از شنیدن اسباب بازی های صدا دار لذت می برد.
به موسیقی گوش می دهد.

چهار ماهگی

سرش را به سمت منبع صدا می چرخاند.
دنبال صدای انسان ها می گردد.

پنج ماهگی

صداها را به طور خاص جهت یابی می کند.
بین صدای دوستانه و صدای عصبانی تمایز قائل می شود و متناسب با آن واکنش نشان می دهد.
با صداسازی یا توقف گریه به موسیقی واکنش نشان می دهد.
صدای آشنا را از غریبه تمیز می دهد.

شش ماهگی

با لبخند یا صداسازی به صدای انسان ها واکنش نشان می دهد.
با شنیدن صدای مادرش بلافاصله برمی گردد.
به صداهای مختلف عاطفی مادر واکنش متناسب نشان می دهد.
بعضی از صداهایی را که می شنود، تکرار می کند.

هشت ماهگی

سرو شانه هایش را به سمت صداهای آشنا برمی گرداند.
درک کلمه ها در بافت شروع می شود.
به صدای زنگ تلفن، نام خودش، «نه-نه» و «بای-بای» واکنش نشان می دهد.
وقتی اسم پدرش یا سایر اعضای خانواده برده می شود، به آنها نگاه می کند.
وقتی مادرش می گوید «بیا بغلم» دست هایش را بالا می برد.

یک سالگی

با شنیدن رعد و برق، آماده گریه کردن می شود.
وقتی دعوايش می کنند، اخم می کند.
از شنیدن صداها و کلمه ها لذت می برد.
به دستورات ساده واکنش نشان می دهد.
برخی افعال حرکتی مثل «برو، بیا، بده» را درک می کند.
اشعار آهنگین را دوست دارد.
حدود ۵۰ کلمه را درک می کند.

هجده ماهگی

مهمترین یا آخرین کلمه ای را که می شنود، تکرار می کند.
حدود ۱۵۰ تا ۲۰۰ کلمه را درک می کند.
دستورات ساده را درک می کند.
نام خودش را می شناسد.
آماده درک عبارت های اضافی است.
تصاویر را از روی نامشان تشخیص می دهد.
در صورت درخواست به بینی، دهان، گوش و... خود اشاره می کند.
وقتی نام اشیاء برده می شود، آنها را نشان می دهد.
وقتی نام تصاویر برده می شود، به طور صحیح به آنها نگاه می کند.

دو سالگی

به صدای آگهی های رادیو و تلویزیون علاقه نشان می دهد.
به داستان های ساده گوش می دهد.
با تکان دادن سر به سوالات بله / خیر پاسخ می دهد.
در واکنش به جمله «یه دقیقه صبر کن» منتظر می ماند.
با شنیدن نام اعضای خانواده، تصویرشان را نشان می دهد.
دستورات با ۲ جزء شاخص را انجام می دهد «مثلاً توپ آبی رو بده».
حدود ۳۰۰ کلمه را درک می کند.
به دستورات حاوی قیدهای «تو، زیر، رو» پاسخ متفاوت می دهد.
ترتیب نحوی کلمه ها را درک می کند.



سی ماهگی

از گوش کردن به داستان های آشنا و خواندن کتاب تصویری لذت می برد.
وقتی صدای خوشایندی می شنود، به دیگران می گوید چه چیزی شنیده است.
از شنیدن آواز لذت می برد.
بین «یکی» و «چندتا» تمایز قائل می شود.
حدود ۵۰۰ کلمه را درک می کند.
از دو دستور مرتبط تبعیت می کند، مثل «توپو بردار و بده به من».
قیدهای «تو، رو، زیر، جلوی، پشت، کنار» را درک می کند.
تفاوت نحوی جمله ها را درک می کند.
تفاوت زیاد میان اندازه ها را درک می کند: بزرگ، کوچک
حرف ربط «و» را درک می کند.
افعال متضاد را درک می کند: برو- بیا، بدو- وایستا، بده- بگیر، بکش- هل بده
تقریباً همه ساختارهای جمله ها را درک می کند.

سه سالگی

به دو دستور غیر مرتبط با هم پاسخ می دهد.
مشتاقانه به داستان گوش می دهد و قسمت های مورد علاقه اش را بارها و بارها درخواست می کند.
به سؤالات ساده «با چه کسی؟ چی؟ کجا؟» با کلمه یا ایما و اشاره جواب می دهد.
ملودی های مختلف را بازشناسی می کند.
حدود ۹۰۰ تا ۱۲۰۰ کلمه را درک می کند.
«کوچک / بزرگ» و «جلو / پشت» را درک می کند.
سه جزء از داستان را به خاطر می آورد.
سه عدد یا کلمه را حفظ کرده و بازگو می کند.
دستور با سه جزء شاخص را انجام می دهد «مثلاً توپ آبی بزرگ را بده».
مفهوم نوبت گیری را درک می کند.
به توضیح دادن «چرا و چطور» علاقه نشان می دهد.

چهار سالگی

به داستان های کوتاه توجه کرده و به سؤالات ساده درباره آنها جواب می دهد.
به داستان های بلند گوش می دهد.
دستور سه بخشی را با رعایت ترتیب انجام می دهد.
عبارت های مربوط به زمان «کل روز، دو هفته» را درک می کند.
حدود ۱۵۰۰ تا ۲۵۰۰ کلمه را درک می کند.
عدد سه را درک می کند.
جمله های ۱۲ هجایی یا ۹ کلمه ای را تکرار می کند.
دو عدد را از آخر به اول تکرار می کند.
بندهای وابسته شامل «اگر، چون، وقتی که» را درک می کند.
بیشتر موارد گفته شده در منزل و مدرسه را شنیده و درک می کند.

پنج سالگی

عبارت های زمانی پیچیده تر «مدت طولانی، سال ها» را درک می کند.
صفات مقایسه ای «بلند / بلندتر / بلندترین» و متضاد «قبل / بعد» را درک می کند.
مفهوم «صفر» را درک می کند.
حدود ۲۸۰۰ تا ۱۳۰۰۰ کلمه را درک می کند.
پنج جزء درون داستان را به خاطر می آورد.

شش سالگی

بیش از ۲۰۰۰۰ کلمه را درک می کند.
شش جزء از یک داستان را به خاطر می آورد.
سه عدد را از آخر به اول تکرار می کند.

علایم هشدار رشد درک شنیداری از تولد تا ۶ سالگی

نوزاد شما نسبت به صدا های ناگهانی و بلند، واکنشی نشان نمی دهد.
با شنیدن صدای شما گریه اش قطع نمی شود.
نسبت به شنیدن صدای اعضای خانواده بی تفاوت است.
با شنیدن صدای شما یا هر صدای دیگر به سمت صدا بر نمی گردد.
صدای شما را از دیگران تشخیص نمی دهد.
صداها یا کلمه هایی را که می شنود، تقلید نمی کند.

در یک سالگی

کلمه های ساده را درک نمی کند.
با شنیدن نام اعضای خانواده، به آنها نگاه نمی کند.
نسبت به صدای موسیقی واکنشی نشان نمی دهد.
معنی جمله های کلیشه ای را درک نمی کند.
به پرسش هایی مانند «این چیه؟» یا «مامان کو؟» پاسخ نمی دهد.
همزمان اشعار کودکانه و حرکات آن را تقلید نمی کند.
جهت صدا را تشخیص نمی دهد.

در دو سالگی

علاقه ای به شنیدن داستان کودکانه و تصویری نشان نمی دهد.
به دستورات شما واکنش نشان نمی دهد.
گفت و گو های ساده را دنبال نمی کند.
به پرسش های ساده پاسخ نمی دهد.
اشعار کودکانه و داستان های آشنا را کامل نمی کند.



فهرست مهارت های رشد بلع و تغذیه نوزادان و کودکان

بدو تولد تا ۳ ماهگی

دهانش را باز نگه می دارد.

پاسخ مشخص به سینه مادر یا بطری شیشه می دهد.

دو تا سه مکیدن متوالی و سپس تنفس را دارد.

حرکات دست به دهان را شروع می کند.

۳ تا ۶ ماهگی

با مکیدن ها به غذا نزدیک می شود و با لب های خودش آن را لمس می کند.

با استفاده از الگوی مکیدن و بلعیدن غذا را به سمت عقب دهان می برد.

برخی غذاها را از دهانش به بیرون هل می دهد.

گهگاهی خفه می شود، عق میزند و یا استفراغ می کند.

۲۰ بار مکیدن در حین خوردن شیراز سینه و یا شیشه شیر دیده می شود.

وقتی گرسنه است به سرعت می مکد، می بلعد و مکتی دیده نمی شود.

حین تغذیه مکت برای تنفس کم پیش می آید.

۶ تا ۸ ماهگی

وقتی از فنجان می نوشد از مکیدن استفاده می کند و حرکات زیادی در فک دیده می شود و همراه با خروج آب از دهان است.

غذاهای پوره و غلیظ را می بلعد.

غذا را با زبانش بیرون هل نمی دهد بلکه خیلی کم از کناره های دهانش خارج می شود.

زبان در دهان بالا و پایین رفته و به طرفین راست و چپ حرکت می کند.

۹ تا ۱۲ ماهگی

معمولاً در هنگام نوشیدن آب یا مایعات سه بار مکیدن دارد و بعد نفس می گیرد.

یک نرم را بین لثه ها و دندان هایش نگه میدارد بدون آن که آن را گاز بگیرد.

غذا را در دهان از مرکز زبان به طرفین منتقل می کند.

زبان را به راحتی از یک طرف به طرف دیگر می برد.

از لب بالا و پایین برای گرفتن غذا از داخل قاشق استفاده می کند.

۱۲ تا ۱۸ ماهگی

حداقل سه بار می مکد و بعد می بلعد.

خفه شدن و سرفه به ندرت اتفاق می افتد مگر این که با سرعت آب بخورد.

یک نرم را گاز می زند.

در هنگام جویدن ممکن است غذا یا آب دهانش از دهان خارج شود.

۱۸ ماهگی

زبان موقع خوردن مایعات از فنجان از دهان بیرون نمی آید و در جای خودش در دهان قرار می گیرد.
در هنگام بلعیدن هیچ غذا یا آب دهانی از دهان بیرون نمی ریزد.
لب ها را در هنگام جویدن بسته نگه می دارد تا غذا بیرون نریزد.
می تواند غذاهای سفت را گاز بزند.

۲ سالگی

حرکات جویدن بسیار سریع شده است و غذا از یک طرف به طرف دیگر فرستاده می شود و در مرکز دهان باقی نمی ماند.
هیچ غذایی از دهان حین جویدن بیرون نمی ریزد.
زبان از روی لب های بالا و پایین غذا را پاک می کند.
غذا و میوه های خیلی سفت را گاز میزند.

توجه!!!

مهارت ها از ۲ سالگی تا ۵ سالگی بدون تغییر ادامه پیدا می کند.



علامه هشدار برای بلع و تغذیه نوزادان و کودکان

نوزادان

نوزادان وزن نمی‌گیرند و حجم شیر دریافتی او کم است.

نوزادان حین خوردن شیراز سینه مادر یا شیشه شیر، بالا می‌آورد و یا عرق می‌زند.

نوزادان حین خوردن شیراز سینه مادر یا شیشه شیر می‌خوابد.

نوزادان حین خوردن شیراز سینه مادر یا شیشه شیر، سیاه می‌شود و مشکل تنفسی پیدا می‌کند.

نوزادان حین خوردن شیراز سینه مادر یا شیشه شیر، سرفه می‌کند.

نوزادان حین و یا پس از خوردن شیراز سینه مادر یا شیشه شیر دائماً استفراغ می‌کند.

قدرت مکیدن نوزادان ضعیف است.

مدت زمان شیردهی به کودک طولانی (بیشتر از ۴۵ دقیقه) است.

کودکان

کودکان حین وعده غذایی کج خلقی و گریه می‌کند.

کودکان از خوردن غذاها و یا نوشیدن مایعات امتناع می‌کند.

کودکان حین خوردن غذاها یا نوشیدن مایعات آنها را بر می‌گرداند.

کودکان آبریزش شدید از دهان دارد.

وعده‌های غذایی کودک خیلی طولانی مدت (بیشتر از ۳۰ دقیقه) است.

کودکان همه نوع غذا و میوه را نمی‌خورد و مثلاً فقط یک نوع میوه و یا غذا را می‌خورد.

غذا به گلوئی کودک می‌پرد.

غذا حین خوردن وارد بینی کودک می‌شود.

کودکان حین خوردن غذا بالا می‌آورد و یا سرفه می‌کند.

کودکان حین خوردن غذا یا نوشیدن مایعات نفسش می‌گیرد.

صدای کودکان حین خوردن غذا یا نوشیدن آب تغییر می‌کند و صدای قل قل آب می‌شنوید.

کودکان حین خوردن غذا مکرراً استفراغ می‌کند.

کودکان فقط غذای له شده می‌خورد و نمی‌تواند غذاها و یا میوه‌ها را بجود.

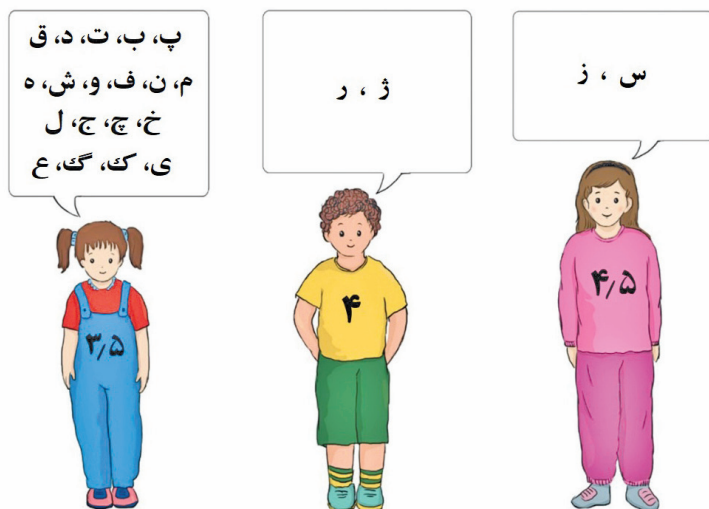
کودکان غذا را برای مدت طولانی در دهانش نگه می‌دارد و بعد تف می‌کند.

کودکان سابقه عفونت ریه دارد.

وزن کودکان زیر حد طبیعی است.

راهنمای رشد تلفظ صداهای گفتاری در کودکان

صداهایی که هر کودک در سن خودش باید بتواند تلفظ کند در شکل زیر نمایش داده شده است:



علایم هشدار برای تلفظ صداهای گفتاری

بخش اول: در جدول زیر، مثال هایی از اشتباهات گفتاری کودکان گذاشته شده است. توجه داشته باشید هر یک 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 هر یک از خطاهای زیر را بیشتر از چهار بار بیان می کند، به گفتار درمانگر مراجعه کنید.

پایان ۳/۵ سالگی	پایان ۴ سالگی	پایان ۵ سالگی	پایان ۵/۵ سالگی	پایان ۶ سالگی
«آیه» به جای «آره»	«شاقو» به جای «چاقو»	«تار» به جای «کار»	«مُغ» به جای «مرغ»	«بُرت» به جای «برد»
«بُیو» به جای «بُرو»	«ژارو» به جای «جارو»	«تاغذ» به جای «کاغذ»	«چَخ» به جای «چرخ»	«سُت» به جای «سرد»
«آیو» به جای «الو»	«دیب» به جای «سیب»	«دوش» به جای «گوش»	«عَس / به جای «عکس»	«سَبِت» به جای «سید»
«یامپ» به جای «لامپ»	«پیت» به جای «پیچ»	«دریه» به جای «گریه»	«تو» به جای «توپ»	«بَس» به جای «باز»
«آیان» به جای «آلان»	«ابس» به جای «اسب»	«پتی» به جای «یکی»	«دَا» به جای «داغ»	«پاک» به جای «پارک»
«چتاب» به جای «کتاب»	«مُلب» به جای «مُبل»	«قطا» به جای «قطار»	«نُو» به جای «نون»	
«جاکت» به جای «ژاکت»	«پوپ» به جای «سوپ»			
	«باب» به جای «باد»			



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

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

کودکانی که میان افراد خانواده‌شان 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 می‌گذرانند.

پسران در مقایسه با دختران بیشتر در معرض اختلالات صدای گفتار هستند.
کودکانی که خلق و خویی دارند که زود حواسشان پرت می‌شود، عصبانی یا هیجان زده می‌شوند و به طور کلی واکنش پذیرند.

کودکانی که اطرافیان‌شان به چند زبان صحبت می‌کنند. مثلاً افراد خانواده در منزل هم فارسی، هم کردی صحبت می‌کنند. یا پدر و مادر فارسی زبان هستند اما پرستار یا مراقب کودک به زبان دیگری صحبت می‌کند.

اگر کودکان هریک از مشکلات گفتاری زیر را دارد در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید:

کودکتان از «ا» یا «آ» به جای بسیاری از صداهای گفتاری استفاده می‌کند، به عنوان مثال به جای مسواک می‌گوید «اا»؟
کودکتان صدای اول کلمه‌ها را حذف می‌کند، مثلاً به جای سیب می‌گوید «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 هریک از صداهای آ، ای، او، آ، اُ، اَر، اِ 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 «اَس».
(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 «تِفَن»، نوبت بعد «تِپْ» و بار دیگر «تِلیسْ» 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، ج، چ، 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 کودکان در بدو تولد مورد بررسی شنوایی قرار گرفته است؟	حتماً با پزشک یا متخصص شنوایی شناسی مشورت کنید.
آیا کودکان دچار کم‌شنوایی است؟	
آیا کودکان 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 نقص‌های مادرزادی مثل سندرم داون یا فلج مغزی مبتلا است؟	به متخصص اطفال و گفتاردرمانگر مراجعه کنید.
آیا احساس می‌کنید کودکان در بیان صداها نسبت به هم‌سن و سالان عقب‌تر 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 مهارت‌های تغذیه‌ای مانند مکیدن، گاز زدن و جویدن ضعف دارد؟	به گفتاردرمانگر مراجعه کنید. به بسته بلع مراجعه کنید.
آیا دندان‌های کودکان نامرتب است و یا فک او به شکل قابل توجهی جلوتر یا عقب‌تر از حالت معمول است؟	به گفتاردرمانگر و دندانپزشک متخصص ارتودنسی مراجعه کنید.
آیا احساس می‌کنید به هر دلیلی حرف زدن کودکان نسبت به هم‌سن و سالانش تأخیر دارد؟	به گفتاردرمانگر مراجعه کنید. علاوه بر این به بسته‌های مربوط به رشد درک شنیداری، پیش‌زبانی 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 گفتاری را تلفظ نمی‌کند؟	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 می‌کند به گونه‌ای 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 توصیه‌های رو به رو عمل نمایید.	به گفتاردرمانگر و دندانپزشک متخصص ارتودنسی مراجعه کنید.

راهنمای
مداخلات خانوادہ



خانواده گرامی

به یاد داشته باشید شما بهتر از هر کسی کودکان را می‌شناسید و در طول شبانه روز بیشترین وقت را با او می‌گذرانید. شما مهمترین افراد در زندگی کودکان هستید پس شما بهترین کسی هستید که می‌توانید به رشد کودکان کمک کنید. این بسته به شما کمک می‌کند که بتوانید فرصت‌هایی را برای کودکان فراهم کنید تا او به رشد ارتباطی و زبانی مناسب سنش برسد.

پیش از این که کودکان بتوانند اولین کلمه‌های خود را بیان کنند، از روش‌های دیگری مانند اشاره کردن، نگاه کردن یا حتی گریه کردن برای برقراری ارتباط و درخواست کردن استفاده می‌کند. این مهارت‌ها از پیش نیازهای مهم حرف زدن کودکان هستند. دوره پیش‌زبانی از بدو تولد تا حدود ۱۸ ماهگی است. با این که کودکان از حدود ۱۲ ماهگی اولین کلمه‌های خود را می‌گویند، اما تا حدود یک و نیم تا دو سالگی هنوز هم از اشارات به همراه کلمه‌های خود استفاده می‌کنند. این بسته به شما راهکارها و پیشنهادهایی می‌دهد که بتوانید با کودک بدو تولد تا ۱۸ ماهه خود ارتباط بهتری برقرار کنید و به رشد گفتار و زبان او کمک کنید. اما توجه داشته باشید که ممکن است کودکی مثلاً ۳ ساله باشد اما هنوز مهارت‌های ارتباطی او در مرحله پیش‌زبانی باشد. بنابراین از این بسته می‌توان حتی برای کودکان سنین بالاتر که در مرحله پیش‌زبانی قرار دارند هم استفاده کرد.

چگونه از این بسته استفاده کنیم؟

در ابتدای این بسته فهرست مهارت‌هایی را مشاهده کردید که برای بررسی مهارت‌های درکی و بیانی کودکان آورده شده‌اند که شامل سه بخش تولد تا ۸ ماهگی، ۸ تا ۱۲ ماهگی و ۱۲ تا ۱۸ ماهگی است. صرف نظر از سن کودکان، رفتارهایی که در فهرست مهارت نوشته شده را از ابتدای آن بخوانید و هرکدام از آنها را که در کودکان مشاهده کردید، علامت بزنید.

اگر کودک همه مهارت‌های متناسب با سنش را دارد، آیا می‌توان از این بسته استفاده کرد؟

بسته مداخله خانواده - محور پیش‌زبانی برای کودکان زیر یک سال دارای دو بخش است: کودکان از بدو تولد تا ۸ ماهگی که در این بسته به نام «کودکی که ارتباط برقرار نمی‌کند و حرف نمی‌زند» و کودکان ۸ ماهه تا ۱۲ ماهه که در این بسته به نام «کودکی که شروع به برقراری ارتباط نموده است»، در نظر گرفته شده است. در مورد روش‌های کمک به کودکان بالای ۱۲ ماه می‌توانید به بسته رشد زبان در همین کتاب مراجعه نمایید. با توجه به سن کودکان در هر یک از بخش‌های ۱ و ۲ راهکارهایی برای ارتقاء مهارت‌های ارتباطی او ارائه شده است که می‌توانید از آنها استفاده کنید. با افزایش سن کودکان می‌توانید از راهکارهای بخش‌های بعدی یا بسته رشد زبان هم استفاده کنید.

اگر کودک بعضی از مهارت‌های فهرست رشدی را ندارد، چگونه می‌توان از این بسته استفاده کرد؟

اگر رفتاری را از فهرست مهارت‌ها در کودکان مشاهده نکردید، به قسمت نشانه‌های خطر یا علائم هشدار در بخش ابتدایی این بسته مراجعه کنید. اگر هر یک از نشانه‌های خطر در کودکان وجود داشت، باید به گفتاردرمانگر مراجعه کنید تا وضعیت ارتباطی و گفتار و زبان کودکان به دقت بررسی شود. در عین حال می‌توانید از راهکارهای این بسته هم استفاده کنید به این صورت که اگر کودکان حتی یک مورد از مهارت‌های بخش تولد تا ۸ ماهه از چک لیست را نداشت، به بخش اول مربوط به نوزاد تولد تا ۸ ماهه در زیر مراجعه کنید.



آموزش برقراری ارتباط با نوزاد از تولد تا ۸ ماهگی

نوزاد با نگاه کردن، لبخند زدن و تکان دادن دست و پا با مادرش ارتباط برقرار می‌کند.

کودک شما در این مرحله فقط به شما و چیزهایی که اتفاق می‌افتد، واکنش‌هایی مانند گریه یا دست و پا زدن نشان می‌دهد یعنی هنوز نمی‌تواند از شما چیزی بخواهد (نگاه کنید به جدول زیر).

بیان	درک
- به محیط واکنش نشان می‌دهد. هنوز به طور هدفمند پیامی نمی‌رساند. - متناسب با نیازهایش، به شیوه‌های مختلفی گریه می‌کند. - وقتی چیزی را نمی‌خواهد، چشم‌هایش را می‌بندد یا سرش را برمی‌گرداند. - با علاقه به چهره‌ها نگاه می‌کند. - وقتی با او صحبت می‌کنید ساکت می‌شود یا لبخند می‌زند. - وقتی با او صحبت می‌کنید یا به او لبخند می‌زنید، صدا در می‌آورد و بدنش را حرکت می‌دهد. - حالات چهره‌ای مختلفی در می‌آورد. - به سمت صداها برمیگردد. - وقتی چیزی را می‌خواهد بدنش را حرکت می‌دهد تا به آن برسد. - از فعالیت‌ها تقلید می‌کند. - صداهایی مانند آآ، اووو، گا، مو در می‌آورد. - غان و غون می‌کند مانند بابا، ماما. - از صداهایی که در می‌آورد تقلید می‌کند. - از بازی‌هایی مانند دالی بازی لذت می‌برد.	- معنای کلمات را درک نمی‌کند. - صداهای آشنا را تشخیص می‌دهد. - سرش را به سمت صدا برمی‌گرداند. - وقتی اسمش را صدا می‌زنید، به شما نگاه می‌کند و بدنش را حرکت می‌دهد. - تعداد کمی از حرکات و ایما و اشاره‌ها را تشخیص می‌دهد مانند وقتی که دستتان را برای بغل کردن جلو می‌برد. - شناخت خود را از وقایع روزمره نشان می‌دهد، برای مثال وقتی جورایش را نشان می‌دهید، پایش را بالا می‌آورد.



رفتارهای کودکان را زیر نظر بگیرید و منتظر بمانید تا او کاری انجام دهد.

۱. به رفتارهای کودکان در موقعیت های مختلف توجه کنید، مخصوصاً رفتارهایی که نشان می دهد کودکان آماده است که با او حرف بزنید، مانند زمانی که دست ها یا پاهایش را حرکت می دهد، صداسازی می کند، یا لبخند می زند.

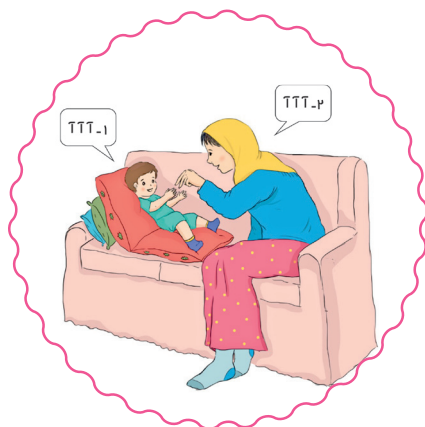


وقتی گرسنه، خسته یا ناراحت است معمولاً نگاهش را برمی گرداند، گریه می کند، اخم یا غرغر می کند. در چنین شرایطی بگذارید کودکان استراحت کند، یا به او کمک کنید تا آرام شود.

۲. منتظر بمانید تا ببینید کودکان چه کارهایی انجام می دهد یا چه صداهایی از خودش درمی آورد.

۳. به او گوش کنید. مراقب باشید که صداسازی او را قطع نکنید. قرار نیست که شما همیشه حرف بزنید. به او هم باید فرصت دهید.

از کودکان تقلید کنید.



- حرکات بدن، کارها و شکلک های صورت او را تقلید کنید.
- اگر زبانش را بیرون می آورد، شما هم زبانتان را بیرون بیاورید.
- از همه مهم تر، صداهایش را دقیقاً مثل خودش تقلید کنید.
- اگر منتظر بمانید، او هم کم کم از شما تقلید می کند.

با کودکان حرف بزنید.

- طوری با کودکان صحبت کنید انگار که او هم می تواند با شما صحبت کند.
- در هر موقعیتی اول منتظر بمانید تا ببینید کودکان چه کار می کنند یا به چه چیزی توجه می کند و بعد در مورد آن صحبت کنید.
- موقع صحبت با او از حرکت دست و شکلک های صورت استفاده کنید.

- با صدای بچه گانه با کودکان حرف بزنید.
- کودکان از تکرار حرف هایتان لذت می برد. پس می توانید حرف هایتان را بارها و بارها برای او تکرار کنید.
- اگر کودکان ساکت است، خودتان صحبت کنید و بعد از گفتن چیزی، منتظر بمانید و به او فرصت دهید تا پاسخ دهد.
- هر بار که شما صحبت می کنید، کودکان باید صدای شما را بشنود. هر چه بیشتر صدای شما را بشنود، بیشتر حرف می زند.



در مورد کارهای کودکان حرف بزنید.

- در مورد حرکات، شکلک های صورت و صداهای کودکان حرف بزنید انگار که می خواهد با این کارهایش چیزی را به شما بفهماند.
- برای مثال وقتی تکانش می دهید، او می خندد و از خوشحالی از خودش صدا در می آورد، شما می توانید به او بگویید: «دوست داری من تکونت میدم؟» اگر چه کودکان متوجه حرف های شما نمی شود، ولی دوست دارد به آهنگ صدای شما گوش بدهد.



در مورد کارهای خودتان و اتفاقاتی که می افتد با کودکان حرف بزنید.

- در مورد کارهایی که انجام می دهید مثل ظرف شستن یا عوض کردن پوشک برای کودک حرف بزنید، مثلاً بگویید: «پوشکتو کثیف کردی، بیا عوضش کنم».
- وقتی به سمت زنگ تلفن برمی گردد، شما می توانید بگویید: «تلفنه! بابا زنگ زده».





از کودکان سؤال پرسید.



- اگرچه کودکان متوجه کلمات شما نمی شود، اما دوست دارد شما با او حرف بزنید.
- برای مثال، وقتی صدای پدرش را از بیرون می شنود، می توانید پرسید: «شنیدی؟ صدای بابا بود؟»
- یا وقتی خمیازه می کشد، می توانید پرسید: «خسته شدی؟ می خوای بخوابی؟»

با کودکان بازی کنید.



- بهتر است مادر موقع بازی رو در روی کودک باشد.
- وسیله هایی را برای بازی کودکان بیاورید که:
- بتواند آنها را در دهانش ببرد (وسایل پلاستیکی تمیز
- غیر قابل قورت دادن مثل لیوان پلاستیکی، قیف)
- با ضربه زدن به آنها صدا در بیاورید (مثل زدن قاشق روی قابلمه)
- وسایل غیر قابل شکستن به کودکان بدهید که بتوانند آنها را پرت کند، مثل پرت کردن توپ یا عروسک.

روش های بازی با کودک

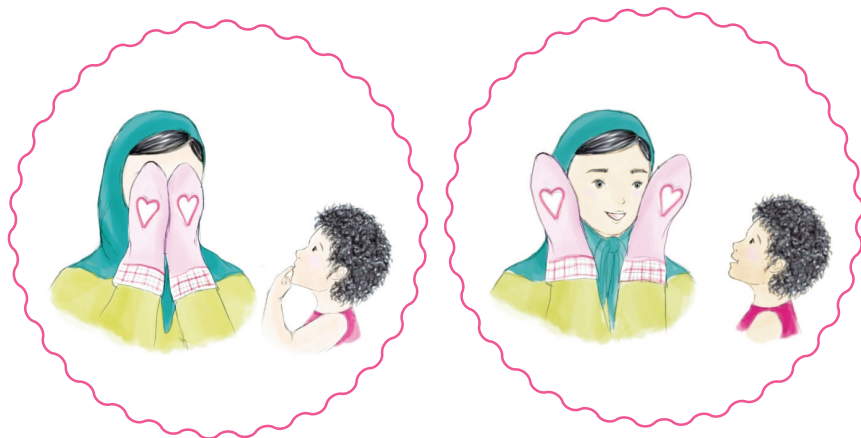


- وقتی می خواهید با وسیله ای با کودکان بازی کنید رو به روی او بنشینید. وسیله ای را که می خواهید به او نشان دهید نزدیک صورتتان نگه دارید. برای این که توجه کودک را به اسباب بازی یا وسیله جلب کنید، با اسباب بازی کارهای جالب انجام دهید:
- آن را تکان بدهید.
- آن را بچرخانید.
- با آن بازی کنید.

- صداهای بامزه با دهانتان درآورید یا اسم کودک را صدا بزنید.
- اگر کودک به شما و اسباب بازی نگاه کرد، فوراً به او نگاه کنید، لبخند بزنید و چیزی بگویید، مثلاً اسم آن چیز را برای او بگویید.

نکات مهم در بازی با کودک

- کودکان وسیله‌ها را در دهانش می‌گذارد، به آنها دست می‌زند، آنها را پرت می‌کند، آنها را تکان می‌دهد. اینها همه بازی کردن کودک است. پس وسیله‌ها یا اسباب بازی‌هایی برایش بیاورید تا با آنها بازی کند.
- می‌توانید وسیله‌های نرم مانند عروسک یا جفجغه را گاهی در بالای سر او یا بالای گهواره‌اش آویزان کنید تا با آنها بازی کند.
- موقع بازی کردن کودکان رودر روی او قرار بگیرید تا شما را ببیند، و به کارهای او پاسخ دهید. مثلاً اگر اسباب بازی را به زمین می‌زند، شما هم کارش را تقلید کنید و بگویید: بزن بزن. سپس منتظر بمانید تا او هم صدایی در بیاورد یا کاری کند.
- اگر اسباب بازی را به او نشان می‌دهید، نزدیک صورتتان نگه دارید تا همزمان هم به اسباب بازی و هم به صورت شما نگاه کند. اگر نگاه نکرد آن را تکان دهید یا صدایی از خودتان درآورید تا به آن نگاه کند.
- انواع بازی‌های کودکان مانند دالی بازی، کولی دادن، قایم موشک و ... را با هم انجام دهید.
- هر بار که می‌خواهید این بازی‌ها را انجام دهید به کودکان بگویید: «می‌خواهیم دالی بازی کنیم».
- بارها و بارها این بازی‌ها را انجام دهید.
- وقتی کودک بازی‌ها را یاد گرفت، کارهای عجیب انجام دهید مثلاً دستتان را از روی صورت بردارید و منتظر بمانید ببیند کودک چه کار می‌کند یا چه صدایی از خودش در می‌آورد.
- اجازه دهید کودک هم نوبت داشته باشد و در نوبتش کارهایی انجام دهد یا صدایی در بیاورد.





چگونه با کودکم نوبت‌گیری کنم؟

نوبت‌گیری یعنی چه؟

- در طی حرف زدن، افراد بزرگسال نوبتی حرف می‌زنند و وقتی یک نفر صحبت می‌کند، فرد دیگر گوش می‌دهد. در حین ارتباط با کودک نیز باید این نکته رعایت شود.
- برای مثال وقتی کودکان از خودش صدا درمی‌آورد، شما به او گوش می‌کنید و وقتی صداسازی او تمام شد، شما شروع می‌کنید. در این حالت نوبت‌گیری بین شما و کودکان انجام شده است.

با رفتارهای کودکان نوبت‌گیری کنید.



- هر واکنشی را که کودکان از خودش نشان می‌دهد مثل صدا درآوردن، نگاه کردن به شما، لبخند زدن یا دست و پا زدن یا حتی عطسه کردن، به عنوان یک نوبت از طرف او در نظر بگیرید.
- موقع صحبت کردن یا بازی کردن با کودک، او ممکن است با صدا، تغییر شکل صورت یا تکان دادن دست و پا به شما واکنش نشان دهد. اینها یعنی حالا نوبت اوست. در این مواقع کمی منتظر بمانید تا او در نوبتش این کارها را انجام دهد.

نوبت‌گیری را در کودکان ایجاد کنید.



- می‌توانید از او سؤال بپرسید. مثلاً صدایی می‌آید و کودکان سرش را برمی‌گرداند. شما از او می‌پرسید: «چی بود؟ لیوان افتاد؟» منتظر بمانید تا کودکان واکنش نشان دهد.
- شما می‌توانید از سؤالات گزینه‌ای استفاده کنید. دوتا وسیله را به او نشان دهید و بپرسید که کدام را می‌خواهد و بعد منتظر واکنش او باشید. کودکان ممکن است به وسیله‌ای که می‌خواهد نگاه کند، یا سرش را به سمت آن برگرداند یا به طرف آن حرکت کند. مطمئن شوید که دو وسیله را با فاصله مناسب نکه داشته‌اید، تا بتوانید متوجه شوید که کدام مورد علاقه او است.

با هم کتاب بخوانید.

- حتی اگر کودک شما در این سن کتاب را در دهانش می‌گذارد یا می‌جود اشکالی ندارد. حتی اگر چند لحظه هم بتوانید با هم کتاب بخوانید خوب است.
- شما می‌توانید از روی تصویرهای کتاب داستان یا کتاب‌های درسی سال‌های قبل خواهر و برادر بزرگتر، تصاویر را برای کودک تعریف کنید. از روی تصاویر می‌توانید شعر بخوانید و تصاویر را به او نشان دهید.
- اجازه دهید خودش هم کتاب را بگیرد، ورق بزند و نگاه کند. مجبورش نکنید که فقط به گفتن شما گوش کند.



- در حالت رو در رو قرار بگیرید و کتاب را به کودک نشان دهید.
- مثلاً می‌توانید عکس ماشین را در کتاب به او نشان دهید و بگویید: «بیب بیب ماشینه» یا سگ را نشان دهید و بگویید: «هاپو رو ببین. هاپو می‌گه هاپ هاپ». نگاه کنید که او چه کاری انجام می‌دهد. اگر صدا درآورد تقلید کنید. اگر کتاب را کشید و جویید، در مورد کاری که می‌کند حرف بزنید: «تو کتابو می‌خوری؟»
- سعی کنید از جمله‌های کوتاه‌تر استفاده کنید.
- اگر به یک عکس نگاه می‌کند یا دستش را روی آن می‌گذارد، به آن اشاره کنید و اسم آن را بگویید.
- سپس دوباره منتظر بمانید تا صدایی درآورد. سپس دوباره نوبت شما است. چیز دیگری در کتاب را به او نشان دهید و ادامه دهید.
- بارها این کارها را تکرار کنید.

برای کودکان شعر بخوانید.

- زمانی که کودک آرام است و حالش خوب است،
- برایش انواع شعرهای کودکانه یا محلی را بخوانید.
- موقع شعر خواندن از شکلک‌های صورت یا حرکت دست هم استفاده کنید. مثلاً اگر در شعر گفته شده «دستامونو باز می‌کنیم»، شما هم دست هایتان را باز کنید.
- وقتی شعر را خواندید منتظر بمانید، اگر پاسخ داد، صدا و حرکتش را تقلید کنید.





- یک شعر را بارها و بارها برایش بخوانید و هر بار هم عین دفعه قبل بخوانید. وقتی چندین دفعه یک شعر را خواندید و دیگر برای او آشنا شد، در بعضی بخش های شعر مکث کنید، مثلاً می گوئید «تاب تاب عباسی خدا منو ...» و منتظر می مانید تا کودک صدایی در بیاورد.
- شعرها را خیلی تند برایش نخوانید. کمی آهسته تر بخوانید تا یاد بگیرد.
- به هر کاری که در نوبتش انجام داد پاسخ دهید. کار کودکان حتی می تواند تنفس سریع تر باشد یا با پا ضربه بزند، لبخند بزند، غرغر کند، یا صدا در بیاورد. فوراً پاسخ دهید و یا خواندن شعر را ادامه دهید یا دوباره بخوانید.



آموزش برقراری ارتباط با کودکان از ۸ تا ۱۲ ماهگی

درست است که کودکان در این مرحله هنوز از کلمات واقعی برای برقراری ارتباط با شما استفاده نمی کنند، اما به روش های مختلفی مثل دراز کردن دست یا صداسازی کردن، از شما درخواست می کند.

مواردی که کودک ۸ تا ۱۸ ماهه می فهمد:

- کلمه های آشنا در موقعیت های روزمره مثل «بای بای» یا «بالا»
- اسم ها یا وسایل آشنا مثل شیشه شیر، توپ یا چراغ
- کلمه «نه»
- پرسش های ساده، برای مثال وقتی از او می پرسید «عروسکت کو؟»، به طرف عروسکش حرکت می کند و به آن نگاه می کند یا به آن اشاره می کند.
- دستورات ساده همراه با اشارات

مواردی که کودک ۸ تا ۱۲ ماهه بیان می کند:

- با استفاده از نگاه کردن، صداسازی و یا اشارات (بدون استفاده از کلمات) پیام هدفمندی را می رساند.
- صداها را در کنار یکدیگر می گذارد و گفتار نامفهومی دارد.
- از صداهای خاصی برای اشاره به چیز خاصی به طور ثابت استفاده می کند، مثلاً «هو هو» را همیشه برای اشاره به هاپو بیان می کند.
- گهگاهی از یک کلمه استفاده می کند.

دلایل مختلفی که کودکان ارتباط برقرار می‌کنند:

- برای اعتراض کردن یا امتناع از چیزی، برای مثال سرش را به علامت «نه» تکان می‌دهد.
- برای درخواست کردن، مثلاً بطری را به شما می‌دهد تا برایش باز کنید.
- برای جلب توجه از صداسازی یا اشارات استفاده می‌کند.
- برای این که چیزی را به شما بدهد یا آن را به شما نشان بدهد.
- برای سلام یا خداحافظی، مثلاً دستش را تکان می‌دهد تا بای بای کند.
- برای این که به دیگران پاسخ بدهد، مثلاً اگر از او بخواهید که چیزی را برایتان بیاورد، به آن اشاره می‌کند یا آن را برایتان می‌آورد.
- برای نشان دادن شی مورد علاقه‌اش، مثلاً به چیزی اشاره کند و سپس برگردد و به شما نگاه کند.

به رفتارهای کودکان توجه کنید و منتظر بمانید تا او ارتباط را شروع کند.

- به حرکات و رفتارهای کودکان در موقعیت‌های مختلف توجه کنید. به عنوان مثال ممکن است وقتی او چیزی را می‌خواهد به سمت آن نگاه کند و بگوید «اِا» اگر شما به این کارهای او توجه کنید می‌توانید متوجه منظور او شوید.
- به جای اینکه همیشه نیازهای کودکان را حدس بزنید، بگذارید او از شما درخواست کند. مثلاً زمانی که گرسنه است و موقع غذا دادن به او است، اجازه دهید او به روش خودش از شما درخواست غذا کند. مثلاً دست شما را بگیرد و به سمت آشپزخانه برود یا به یخچال نگاه کند.



کودکان را مجبور نکنید که حرف بزنند!

این که مدام به کودکان بگویید کلمه‌ها را بعد از شما تکرار کند، به او کمک نمی‌کند که حرف زدن را زودتر یاد بگیرد، بلکه تأثیر معکوس دارد. برای آن که این نکته یادتان بماند، با خودتان بگویید: اینقدر نگو «بگو»!



با کودکان به صورت رو در رو ارتباط برقرار کنید.



- وقتی می خواهید با کودکان ارتباط برقرار کنید باید طوری در کنارش قرار بگیرید که فاصله تان با او کم باشد و به راحتی بتواند صورت شما را ببیند.
- مثلاً می توانید کودکان را طوری روی پایتان قرار دهید که صورتش به سمت شما باشد. یا این که وقتی روی زمین نشسته است طوری مقابلش بنشینید که هم سطح کودکان باشید و او به راحتی صورت شما را ببیند.

از کودکان تقلید کنید.



- اگر مطمئن نیستید که باید چه کار کنید، تقلید آسان ترین کار است!
- وقتی از کارها، صداها و حرکات صورت کودکان تقلید می کنید، اولذت می برد. همان کاری را که کودکان انجام می دهد، انجام دهید. همان چیزی را که می گوید، دقیقاً مثل خودش بگویید. مثلاً اگر کودکان در حال زدن قاشق روی قابلمه است شما هم شما عین او، همین کار را تکرار کنید.
- اگر کودکان دوباره آن کار را تکرار کرد، شما هم دوباره از او تقلید کنید.
- شما با تقلید از کودکان به او یاد می دهید که از شما تقلید کند.

در مورد کارهای کودکان حرف بزنید.



- کودکان در این مرحله از طریق نگاه کردن، اشاره کردن و صداهايش سعی می کند به شما چیزی بگوید.
- شما می توانید در مورد این کارهای کودکان با او حرف بزنید. مثلاً اگر لیوان آب از دست کودکان افتاد و او گفت «آ»، شما بگویید «آخ! آب ریخت! خیس شد!».

وقتی کودکتان با صدا سازی می خواهد چیزی را به شما بفهماند، با کلمه ها و جمله های ساده منظور او را بیان کنید.



مثلاً وقتی با انگشتش به سمت موتور اشاره می کند و می گوید «اِ اِ» به او بگویید «موتور، قام قام».

در مورد کارهای خودتان و اتفاقاتی که می افتد با کودکتان حرف بزنید.

- در مورد کارهایی که انجام می دهید با کودک حرف بزنید. مثلاً وقتی بشقاب غذا را برای کودک می آورید بگویید «به به! می خوام بهت غذا بدم».
- یا این که در مورد چیزهایی که در طی روز اتفاق می افتد، برای کودکتان حرف بزنید. مثلاً وقتی دارید دست هایش را می شویید بگویید «دستت رو می شورم، به به! چه تمیز شد!».



با کودکتان بازی کنید.

- بهترین راه برای این که با کودکتان بازی کنید، این است که هر کاری که با اسباب بازی هایش انجام داد، از او تقلید کنید.
- بنابراین باید شما هم همان وسیله را برای خودتان داشته باشید و در حین بازی وسیله کودک را از دست او نگیرید. مثلاً اگر دارد به عروسکش غذا می دهد، شما هم با عروسک خودتان همان کار را انجام دهید.





نوبت‌گیری را در کودکان ایجاد کنید.

- اول صورت خودتان را مشتاق نشان دهید و منتظر بمانید. وقتی که منتظر می‌مانید، کودکان با نگاه کردن به صورت شما متوجه می‌شود که نوبت اوست.
- چطور مشتاق بودن خود را نشان دهید؟ وقتی کودکان به یک اسباب بازی یا خوراکی توجه می‌کند، شما می‌توانید به کودکان نزدیک‌تر شوید تا بدانند که می‌خواهید حرف‌های او را بشنوید. چشمان خود را بازتر کنید و ابروهای خود را کمی بالا بیندازید، انگار مشتاقانه منتظر شنیدن حرف‌های او هستید. سرتان را کمی تکان دهید و یا لب‌خند بزنید تا تشویق شود در مورد آن صدایی در بیاورد.
- اگر کودکان نمی‌دانند که نوبت اوست، شما می‌توانید آن چیز را به کودک نشان دهید و منتظر بمانید تا کاری انجام دهد.

آموزش نوبت‌گیری در قالب بازی

- کودکان ممکن است به شما نگاه کند، اشاره کند، صدایی از خودش در بیاورد یا کاری انجام دهد.
- مثلاً وقتی با او دالی بازی می‌کنید، ممکن است تلاش کند پارچه را از روی سر شما کنار بزند و صدایی در آورد. مثلاً بگوید «آ».
- معمولاً زمانی که کودکان از صدا استفاده می‌کند، راحت‌تر متوجه می‌شوید که دارد نوبت‌گیری می‌کند.
- اما گاهی کودکان بدون این که صدایی از خودش در بیاورد، نوبت‌گیری می‌کند. اگر کودک شما صداهای زیادی بیان نمی‌کند، باید چهره او را نگاه کنید و به اشاره‌ها و کارهای او با دقت توجه کنید.



آموزش نوبت‌گیری با استفاده از سؤال پرسیدن

- انواع سؤالاتی که می‌توانید از کودکان بپرسید:
• سؤالات گزینه‌ای: دو تصویر یا دو وسیله را در مقابل کودک نگه دارید و از او بپرسید: کدام می‌خواهی؟ کودکان ممکن است به چیزی که می‌خواهد نگاه کند، اشاره کند یا چیزی بگوید.
- سؤالات آره / نه: سؤالاتی بپرسید که جواب آنها آره / نه باشد و کودک می‌تواند حتی با تکان دادن سرش جواب دهد. مثلاً می‌توانید بپرسید: دوست داری بریم بیرون؟



آموزش نوبت‌گیری با استفاده از کلمه‌های پرسشی

- سؤالات با کلمه‌های پرسشی: کودک در این مرحله می‌تواند سؤالاتی را که با «چی؟»، «کو؟» و «کی؟» از او می‌پرسید، با صدا درآوردن یا اشاره کردن جواب دهد. مثلاً اگر از کودکان بپرسید «یخچال کو؟» کودکان می‌تواند یخچال را به شما نشان بدهد. یا اگر نتوانست آن را پیدا کند، می‌تواند دستش را به علامت «نیست!» بالا بیاورد.



- کودکان در این مرحله هنوز نمی‌توانند از کلمات استفاده کنند، پس سعی کنید سؤالاتی بپرسید که او بتواند بدون استفاده از کلمات به آنها جواب بدهد. البته منظورمان این نیست که کلاً از این نوع سؤالات از او نپرسید.
- اگر نتوانست به این نوع سؤالات جواب بدهد، فوراً آن را به سؤالات آره / نه تبدیل کنید یا این که خودتان جواب آن سؤال را بدهید.
- مثلاً وقتی می‌پرسید «داری چی کار می‌کنی؟» و کودکان نتوانست جواب دهد، بپرسید «داری بازی می‌کنی؟»



بیش از حد از کودکان سؤال نپرسید.

زمانی که کودکان در حال بازی کردن است، مدام از او سؤال نپرسید.



زمانی که در حال بازی کردن است، کار او را توصیف کنید.

زمانی که کودکان در حال بازی کردن است، به جای این که مدام از او سؤال بپرسید، در مورد کارهایی که او انجام می دهد صحبت کنید.



صداسازی های کودک را معنی دار کنید.

وقتی کودکان صداسازی های بدون معنی مثل «بابابابا» می گوید، برای معنادار کردن این صداسازی به پدر کودک اشاره کنید و بگویید «بابا». یا مثلاً وقتی می گوید «دَد دَد»، با بیان «دَد» و اشاره به در، آن را برای کودک معنادار کنید.

با کودکان طوری صحبت کنید که بتواند حرفهای شما را بهتر متوجه شود.

در مورد موارد زیر با کودکان صحبت کنید:

- در مورد اتفاقی که همین الان دارد می افتد، حرف بزنید. مثلاً در مورد سگی که دارد هاپ هاپ می کند، یا بچه هایی که دارند در پارک بازی می کنند، یا روشن و خاموش شدن لامپ، یعنی تمام چیزهایی که او دارد می بیند و می شنود.
- در مورد چیزهای آشنا که قرار است اتفاق بیفتند با او حرف بزنید. مثلاً وقتی که دارید لباس هایش را در می آورید که حمامش کنید، به او بگویید «داری میری حمام».



- در مورد مسائلی صحبت کنید که چند لحظه پیش اتفاق افتاده اند. مثلاً یک دقیقه بعد از این که مامان بزرگ می رود، می توانید بگویید: «مامان بزرگ نیست. رفت خونه».
- سعی کنید موقع صحبت کردن با کودکان در مورد چیزهایی که در بالا گفته شد، از اشاره کردن و شکلک های صورت هم استفاده کنید تا او بهتر متوجه حرف های شما بشود.
- ممکن است کلمه به کلمه آن چیزی که می گوئید را درک نکند، اما کم کم تمام کلمه ها و جمله ها را درک می کند.
- یادتان باشد که از جملات خیلی کوتاه استفاده کنید.

با کودکان طوری صحبت کنید که بتواند بهتر حرف بزند.

- وقتی که کودکان دارد با شما ارتباط برقرار می کند، جواب شما باید مربوط به آن چیزی باشد که او در آن لحظه به آن توجه کرده است.
- در شرایط یکسان از کلمات یکسان استفاده کنید. مثلاً اگر کودکان گربه ای را می بیند و به آن اشاره می کند، موقع جواب دادن از همان کلمه ای استفاده کنید که همیشه می گوئید. مثلاً اگر همیشه می گوئید پیشی، هر بار آن را تغییر ندهید، مثلاً یک دفعه نگوئید گربه، دفعه بعد بگوئید پیشی یا میو.

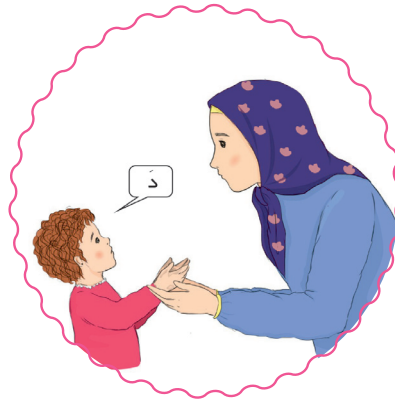




- از اسم چیزها به جای گفتن چیزهایی مثل «این، اون، اون‌ها» استفاده کنید. مثلاً اگر کودکتان می‌خواهد توپ را بگیرد و شما توپ را به او می‌دهید که با آن بازی کند، به جای این که بگویید «این بگیر»، بگویید «توپ بگیر».

یک روش برای تقویت درک و حرف زدن کودک

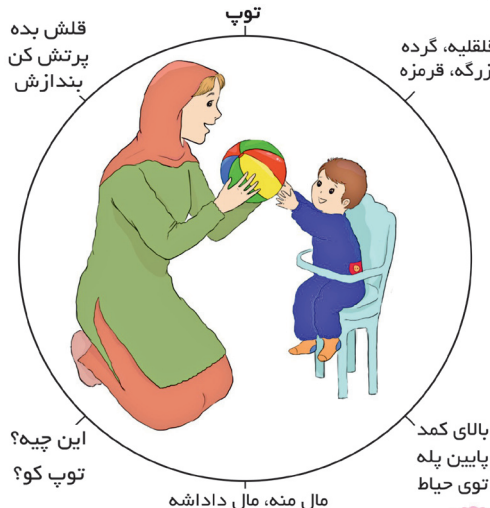
وقتی با کودکتان حرف می‌زنید، سعی کنید کلمات مهم را تکرار کنید. مثلاً اگر کودکتان به شما نشان می‌دهد که دست‌هایش کثیف شده است، این طور به او بگویید: «دستت کثیف شده» و کلمه کثیف را بار دیگر موقع شستن دست‌هایش تکرار کنید. مثلاً بگویید دستت کثیف شده، بذار بشورمش.



به کودکتان در مورد محیط اطرافش اطلاعات بیشتری بدهید.

وقتی با کودکتان حرف می‌زنید، معمولاً اسم چیزهای مختلف را به او می‌گویید (مثلاً بستنی، توپ)، اما این به تنهایی کافی نیست. لازم است در مورد آن چیزها، اطلاعات بیشتری به کودکتان بدهید.

مثلاً در مورد توپش می‌توانید چیزهای مختلفی به او بگویید:



اسمش: توپ
 کجاست: بالای کمد، پایین پله، توی حیاط
 توپ چه جوریه: قلقلیه، گرده، بزرگه، قرمز
 مال کیه: مال منه، مال داداشه
 باهاش چی کار می‌کنی: قلش بده، پرتش کن، بندازش
 کلمات پرسشی: این چیه؟ توپ کو؟

چگونه با کودکم کتاب بخوانم؟



- حالا که کودکان می‌توانند چند کلمه را متوجه بشود و بعضی تصاویر را می‌شناسد، از کتاب خواندن لذت خواهد برد.
- کودکان از بعضی از کتاب‌هایش بیشتر خوشش می‌آید و از شما می‌خواهد آن را بارها و بارها برایش بخوانید. هر بار که برای کودکان کتاب می‌خوانید، یک کلمه یا نکته جدید یاد می‌گیرد. بنابراین حتی اگر کودکان از شما خواست ده‌ها بار یک کتاب را برایش بخوانید، حوصله کنید و بخوانید.
- بهترین نوع کتاب‌ها برای کودکان در این مرحله رشد، کتاب‌هایی است که تصاویر رنگی و بزرگ‌تر و نوشته کم داشته باشند.
- اگر کتابی در دسترس نداشتید، خودتان روی کاغذ برای کودک نقاشی بکشید یا تصاویر کتاب‌های درسی فرزند بزرگتر را ببرید و روی کاغذ بچسبانید.

والدین عزیز

اگر فرزند شما نسبت به همسالانش تعداد کلمه‌های کمی بیان می‌کند و یا طول جمله‌های بیانی او کوتاه‌تر است این نشانه را باید جدی بگیرید چون می‌تواند نشان دهنده تأخیر او در رشد و یادگیری مهارت‌های گفتار و زبان باشد.

برای یادگیری گفتار و زبان کودکان باید به اندازه کافی رفتارهای صحیح و الگوهای درست ارتباطی و زبانی را ببینند و بشنوند. بهترین زمان برای یادگیری هنگامی است که کودکان با بزرگسالان به خصوص والدین خود ارتباط برقرار می‌کنند. در طی این ارتباط کودکان با استفاده از رفتارها و الگوهای ارتباطی و زبانی که از بزرگسالان آموخته‌اند از والدین خود اطلاعاتی می‌خواهند و یا اطلاعاتی را با آنها در میان می‌گذارند، و درخواست‌ها، افکار و احساسات خود را بیان می‌کنند.

با توجه به نکاتی که بیان شد، افزایش آگاهی شما از چگونگی رشد مهارت‌های ارتباطی، زبانی و گفتاری و نحوه رفتار با کودک دارای تأخیر در رشد گفتار و زبان به ارتقاء و یا جبران تأخیر کودک کمک شایان توجهی خواهد کرد.

والدین عزیز سطح صحبت کردن و فهمیدن فرزندان را با فهرست مهارت‌های رشد زبان در ابتدای این بسته مقایسه کنید و در صورتی که علایم هشدار را در کودک خود می‌بینید به توصیه‌ها و شیوه‌های بیان شده در این کتاب عمل کنید.

والدین گرامی الگوها و شیوه‌های رفتاری، ارتباطی و زبانی در این بسته به شما معرفی می‌شوند که به صورت غیرمستقیم تعداد کلمه‌های بیانی و طول جمله فرزند شما را افزایش می‌دهند. همچنین توانایی و مهارت تعریف و توصیف اتفاقات و وقایع را در او بهبود می‌بخشند. در ضمن، کیفیت گفت و گو و مهارت مکالمه را در او ارتقاء می‌دهند. با به کارگیری این روش‌ها توانایی قصه‌گویی و داستان گفتن با کتاب یا بدون استفاده از آن پرورش می‌یابد. در نهایت به کودک کمک خواهد شد تا ارتباط شفاهی واضح و شفافی با دیگران برقرار کند.

به یاد داشته باشید که هیچ وقت کودک را وادار به صحبت با کلمه‌ها و جمله‌های مورد نظر خودتان نکنید. کودک نباید برای صحبت کردن تحت فشار و اجبار باشد. این یک هشدار مهم است که اگر نادیده گرفته شود عواقب جبران‌ناپذیری دارد.

پس از مطالعه روش‌ها و به کار گرفتن صحیح آنها، تأثیر استفاده از آنها را بر رشد صحبت کردن و درک او یادداشت کنید. اگر در مدت سه ماه در او پیشرفت و تغییری مشاهده نکردید در اولین فرصت برای تشخیص و درمان تخصصی به گفتاردرمانی مراجعه کنید.

اهدافی که در این کتاب برای یادگیری کودکان در نظر گرفته شده است عبارتند از:

- به گفته‌های گوینده توجه کنند و پاسخ مناسب بدهند.
- شروع کردن مکالمه را یاد بگیرند.
- به تدریج جمله‌های طولانی‌تری به کار ببرند.
- در مکالمه / گفت‌وگو شرکت کنند و بتوانند برای دوره طولانی مکالمه را حفظ کنند.
- راجع به یک موضوع (اتفاقات روز و یا انجام کارهای روزمره) به ترتیب زمانی و هدفمند صحبت کنند.
- از روی کتاب مصور داستان کوتاه بیان کنند.

اهدافی که در این کتاب برای یادگیری والدین یا مراقبان در نظر گرفته شده‌اند عبارتند از:

- از روش‌های مختلف برای جلب توجه کودک استفاده کنند.
 - رو در رو با کودک ارتباط برقرار کنند و نام او را بگویند.
 - در برقراری ارتباط با کودک صبور باشند.
 - از کلمه‌ها و جمله‌های متنوع، ایما و اشاره در موقعیت‌های مختلف استفاده کنند.
 - کلمه‌ها و جمله‌های کودک را به روش صحیح تقلید، تکمیل و تفسیر کنند.
 - کودک را به ادامه دادن مکالمه تشویق کنند (پرسش و پاسخ مناسب و یا اظهار نظر کردن برای افزایش انگیزه ادامه دادن مکالمه روش‌های کارآمدی هستند).
 - پرسش‌هایی مطرح کنند که کودک پاسخ آنها را می‌داند و می‌تواند جوابگو باشد (چون هدف تقویت بیان کودک است).
 - در کودکان بزرگ‌تر گاهی پرسش‌هایی مطرح کنند که برای کودک جالب باشد و انگیزه او را برای یادگیری و مکالمه افزایش دهد.
 - پرسش‌هایی مطرح کنند که پاسخ سراسرست ندارند و کودک باید کمی فکر کند.
 - کتاب خوانی برای کودک را از سطح نامیدن تصاویر کتاب تا تعریف داستان انجام دهند.
- در بخش بعدی توصیه‌ها و راهنماهای خانواده برای ارتقاء رشد زبان کودک آورده شده است.



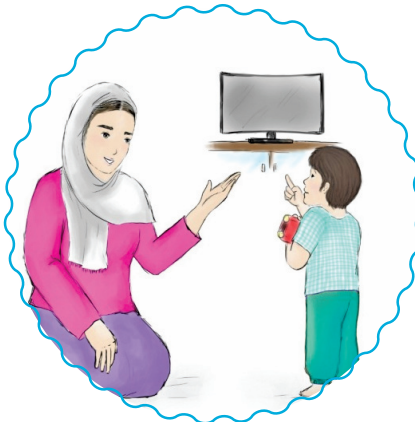
قبل از صحبت با کودک، توجه او را جلب کنید.

برای کودک، بازی کردن و هم زمان گوش دادن به دستور بزرگسالان کار مشکلی است. شما با گفتن نام کودک، توجهش را به خودتان جلب کنید و بعد دستور خود را بدهید. زیرا او حین بازی، متوجه پرسش یا درخواست بزرگسالان نمی شود.



چهره به چهره با کودک صحبت کنید.

وقتی رو در رو و هم سطح کودک باشید، راحت‌تر می‌توانید با او صحبت کنید. در این حالت او می‌تواند حرکات چهره، دهان، و نحوه تلفظ صداها را ببیند و هر دوی شما منظور هم را بهتر می‌فهمید.



با صبوری به گفتار کودک‌تان گوش بدهید.

کودک در حین صحبت با بزرگسال برای جمع بندی افکارش به زمان بیشتری نیاز دارد. بنابراین با نگاه کردن و تماس چشمی و کمی خم شدن به سمتش ارتباط را حفظ کنید. با صبر و آرامش گوش کنید و نشان بدهید منتظر و مشتاق ادامه گفت و گو هستید.



صحبت کردن را برای کودک خوشایند و لذت بخش کنید.

برای یادگیری صداها، کلمه‌ها و جمله‌ها، از بازی‌هایی استفاده کنید که برای کودک جالب و لذت بخش است. از درآوردن صدای خنده دار یا لوس حرف زدن و بیان گفته‌های خنده دار خجالت نکشید. این کار کودک را برای فهمیدن و گفتن شوخی‌ها نیز آماده می‌کند.



هنگام حرف زدن از ایما و اشاره استفاده کنید.

وقتی کودک معنی کلمه‌ای را نمی‌فهمد، شما در حین بیان آن کلمه، از حرکات چهره، ایما، اشاره و گفتار اغراق آمیز استفاده کنید. مثلاً برای فهم بهتر معنای کلمه پرواز، پدر می‌گوید «پروانه پرواز می‌کند» و دست‌ها را به شکل پرنده باز می‌کند. حرکات بدن، صورت، ایما و اشاره به فهماندن گفتار کمک می‌کند.





کلمه ها، گفته ها و جمله های کودکان را تقلید و تکمیل کنید.

تقلید و تکمیل گفته های کودک توسط شما، به او نشان می دهد که گفتارش برای شما با ارزش است و بدین ترتیب تشویق می شود که به صحبتش ادامه دهد.



گفته های کودک را کامل کنید.

به گفته های کودک یک یا دو کلمه اضافه کنید. به این ترتیب الگوی گفتاری درست و کامل تری را نشان می دهید. همچنین بسیار واضح صحبت کنید. با این عمل به کودکان نشان می دهید حرفش را فهمیده اید. با این شیوه کودک یاد می گیرد که با کمی تلاش می تواند منظورش را بهتر منتقل کند.



کلمه ها و جمله های جدید اضافه کنید و در مورد احساس کودک صحبت کنید.

وقتی کودک با کلمه ها یا جمله های ناقص و کوتاه شروع به صحبت می کند شما با اضافه کردن عبارت ها، جمله ها و گفتن ایده های جدید کلام او را بازگویی کنید. با این کار هدف او را واضح تر می کنید. همچنین این کار درک و فهم او را از کلمه ها و جمله ها عمیق تر می کند و به او شیوه جدیدی برای حرف زدن و فکر کردن نشان می دهد.

کلمه ها و یا عبارت های نادرست کودک را تصحیح و طولانی تر کنید.

زمانی که کودک در حال بازی است یا کاری را انجام می دهد، درباره آن صحبت کنید. کلمه های مهم را در جملات متنوع به صورت مکرر به کار ببرید. به یاد داشته باشید شما فقط یک کلمه به جمله کودک اضافه کنید و شکل صحیح کلمه ها و جمله ها را بسیار واضح و شمرده و با مکث بیان کنید. بیان کلمه ها و جمله ها بیش از یک بار به کودکان کمک می کند متوجه کلمه های جدید در گفته های شما شوند و آن کلمه ها را یاد بگیرند.



درباره کارها و توانایی های کودکان اظهار نظر کنید.

کودک از شنیدن نظرات شما که ساده بیان شده است کلمه های جدیدی یاد می گیرد و این کار مانند معجزه ای بین شما و کودک گفت و گویی را راه می اندازد.



از همه حواس استفاده کنید.

زمانی که چند حس کودکان در انجام کاری فعال است از این موقعیت برای آموزش افعال، اسامی و صفات استفاده کنید. برای مثال هنگام خوردن میوه کودک را به بوییدن و لمس کردن و چشیدن میوه ها تشویق کنید و کلمه ها و جمله های مناسب به کار ببرید.





مکان‌های جدید فرصت یادگیری کلمات جدید را افزایش می‌دهد.

کودک را به مکان‌های جدید ببرید و اجازه دهید چیزهای جدید و جالب را کشف کند. راجع به آن چه می‌بیند صحبت کنید و به پرسش‌های او پاسخ دهید.

در بازی به کودک خود کلمه‌ها را آموزش دهید.



در بازی به کودک خود جمله‌سازی یاد دهید.



هنگام بازی از شعر و آواز استفاده کنید.

بازی‌هایی که همراه با شعر هستند به کودکان کمک می‌کنند تا علاوه بر کلمه‌های شعر، ریتم و آهنگ را هم بیاموزند. بعد از این که شعر مورد علاقه‌اش را بارها خواندید کمی بعد اگر خواندن شعر را متوقف کنید او تلاش می‌کند کلمه‌های آن را بگوید و حرکاتش را انجام دهد.



از کودک خود سوال کنید

سؤال‌هایی خوب هستند که کودک را به فکر کردن و بیان کلمات متنوع وادار کنند. همچنین موجب ادامه یافتن گفت و گوی مادر با کودک شوند. توجه داشته باشید معمولاً پرسش‌هایی با پاسخ‌های بلی و خیر جریان گفت و گوی طبیعی را متوقف می‌کنند. در صفحات بعد روش خوب سؤال کردن را مرور می‌کنیم.

از کلمه‌های پرسشی (کجا، کی، چرا، چطور، کدام، چند) استفاده کنید.



روش سؤال پرسیدن بالا باعث ادامه گفت و گو نمی‌شود.



روش سؤال پرسیدن بالا باعث می‌شود کودک کمی فکر کند.



پرسیدن سؤال به این روش باعث ادامه گفت و گو نمی شود.



اما روش سؤال پرسیدن مقابل باعث می شود کودک کمی فکر کند.



سوالاتی پرسید که کودک باید جواب آن را انتخاب کند.



درخواست کردن را آموزش دهید.

شرایطی فراهم کنید تا کودکان از شما درخواست کنند. گاهی توی لیوان مقدار کمی آبمیوه یا شیر بریزید یا به جای یک تکه بزرگ شیرینی یک تکه کوچک بدهید و سپس منتظر بمانید تا او درخواست کند. به محض

درخواست مقدار کمی بدهید و بعد مجدداً منتظر درخواست او باشید.



به ادامه دادن مکالمه کمک کنید.

وقتی کودکان مکالمه و گفت‌وگو را شروع می‌کنند برای ادامه مکالمه و طولانی کردن گفت و گو به آنها کمک کنید.

- کودک با گفتن یک کلمه (کثیف) ارتباط را با مادر شروع می‌کند.
- مادر با تفسیر و تکمیل کردن گفته‌های کودک به او نشان می‌دهد که گفته‌های او را شنیده و برای او مهم هستند.
- کودک با اشاره یا گفتن کلمه یا یک جمله کوتاه راه حلی را پیشنهاد می‌کند.
- مادر با تأیید گفته‌های کودک و تکمیل و تفسیر آنها مکالمه را ادامه می‌دهد.



موقعیت حل مسئله فرصت مناسبی برای یادگیری کلمات و جملات است

زمانی که کودکان در حال انجام کاری هستند و با مشکلی مواجه می شوند از این موقعیت ضمن کمک به حل مسئله برای آموزش افعال، اسامی و صفات استفاده کنید. به عنوان مثال:
جانی همیشه «فعل منفی»، بزرگه «صفت»، کامیون بزرگه «اسم»، جعبه کوچیکه «اسم»



برای کودک وقت بگذارید.

وقتی کودک با شما شروع به صحبت می کند لحظه ای کار خود را کنار بگذارید و همسطح او شوید و با صمیمیت پاسخ بدهید.



حین بازی، مکالمه و قوانین آن را آموزش دهید.

ابتدا چیزی بگویید که جالب باشد. بعد منتظر واکنش کودکان بمانید. کودک ممکن است بخندد، به چیزی اشاره کند، یا سؤالی بپرسد. بعد از واکنش کودک و پاسخ شما به رفتار او یا گفتار او، گفت و گورا کمی ادامه داده و بعد خاتمه بدهید تا او متوجه شود که شما گفت و گو را تمام کرده اید. بازسازی اوقات صرف صبحانه و یا عصرانه زمان های خوبی برای آموزش و تمرین گفت و گو و مکالمه هستند.





کودک را وادار به حرف زدن نکنید.

هیچ وقت کودکان را وادار به سلام کردن و حرف زدن با افرادی که او نمی شناسد نکنید. اصرار و پافشاری به حرف زدن کودک، معمولاً سبب کاهش اعتماد به نفس و دلسرد شدن آنها از حرف زدن می شود.



کودک را سؤال پیچ نکنید.

مانند یک معلم هنگام گرفتن امتحان از دانش‌آموزان، دائماً از کودک خود سؤال نکنید. خصوصاً وقتی اطمینان دارید او پاسخ سؤال شما را نمی‌داند یا نمی‌تواند بیان کند. البته به این معنی نیست که از کودک سؤال نپرسید. اجازه بدهید او سؤال کند و شما به سوالات او پاسخ دهید.



گفته‌های اشتباه کودک را گوشزد نکنید.

اگر کودک کلمه یا فعلی را اشتباه بیان کرد مانند مثال تصویر فوق که هدف کودک درخواست شیر است اما می‌گوید «شیر خوردم»، در این موقعیت اشتباهش را تذکر ندهید و به سادگی شکل صحیح کلمه یا فعل را بیان کنید. به این طریق، شما تلاش کودک برای برقراری ارتباط را تشویق کرده‌اید و بدون تأکید بر اشتباهش، کلمه یا جمله صحیح را به صورت الگوارائه کرده‌اید.





برای کودک کتاب بخوانید و قصه بگویید.

برای کودکان در هر سنی که باشند کتاب قصه بخوانید زیرا به کودک کمک می‌کند تا:

- توجهش را افزایش دهد.
- دنیای خود را بهتر بشناسد.
- تعداد کلمه‌هایی که می‌فهمد و می‌گوید را افزایش دهد.
- گفتن جمله‌های درست و طولانی را یاد بگیرد.
- ترتیب و توالی بیان اتفاقات را بفهمد، حفظ کند و بیان کند.
- بفهمد که کتاب‌ها جالب هستند و مطالب زیادی یاد می‌دهند.
- برای یادگیری در مدرسه آماده شود.

وقتی با کودک کتاب می‌خوانید جای راحتی را پیدا کنید.

رو به روی هم



کودک روی پاهای شما

کودکان در هرسنی به شیوه‌ای متفاوت از کتاب لذت می‌برند.

۱. کودکان کوچک تصور می‌کنند مژه کتاب از شکل آن بهتر است! در این سن کتاب‌های پارچه‌ای و مقوایی بخیرید یا بسازید.
۲. کمی که بزرگتر شدند از کتاب‌هایی خوششان می‌آید که بتوانند آنها را دستکاری کنند، بپویند و یا صدایش را بشنوند. کتاب‌هایی تهیه کنید که مثلاً صدایی بدهد (زنگوله داشته باشد یا بوق بزند)، برچسب داشته باشد و یا تصاویر آن قابل جدا کردن باشد.
۳. در مرحله بعد کودکان دوست دارند چیزهایی را که می‌شناسند در کتاب ببینند و اسم آنها را بگویند.
۴. به تدریج کودکان در مورد تصاویر کتاب، جمله‌هایی را می‌گویند که ممکن است به داستان کتاب مربوط نباشد، یعنی اشخاص، حیوانات، موقعیت یا مکانی را توصیف می‌کنند.
۵. حالا دیگر کودک جمله‌هایی را بیان می‌کند که ترتیب رخداد وقایع را نشان می‌دهد.
۶. در مرحله ششم، مسئله یا مشکلی که در داستان مطرح است را با جمله‌هایی توضیح می‌دهند که علت حوادث و اثرات آن را بیان می‌کند و به هم مرتبط هستند. البته در این مرحله هنوز خیلی از اطلاعات مهم در داستان را نمی‌توانند منتقل کنند. ممکن است نتوانند بین مسئله و راه حل گفته شده و هدف داستان رابطه‌ای ایجاد کنند.
۷. در این مرحله داستانی شامل چند بخش می‌گویند که رابطه علی را در هر بخش بیان می‌کند. هر بخشی را که بیان می‌کنند انگیزه‌ای برای بیان بخش بعدی است.

کتاب خوب

- کودک کتاب‌هایی را دوست دارد که پراز تصویر هستند (تصویر افراد، حیوانات، پوشاک، وسایل منزل، وسایل نقلیه و تصاویر واضحی از افرادی که کارهای مختلف انجام می‌دهند یا تصاویری که حوادث روزمره را نشان می‌دهند).
- کودک دوست دارد برای خودش به صورت شخصی کتاب‌هایی داشته باشد. می‌توانید از آلبوم عکس‌های خانوادگی، از روزهای مهم و به یاد ماندنی در کنار خانواده مثل جشن تولد، یا مهمانی کتاب‌های جالب درست کنید و زیر آن جمله‌های مرتبط بنویسید.
- برای او کتاب بخیرید یا حتی با کمک هم یک کتاب با چسباندن تصاویر مختلف و یا کشیدن نقاشی در یک دفترچه بسازید.

وقتی کتاب می‌خوانید:

- اشکالی ندارد که فقط در مورد تصاویر کتاب صحبت کنید (شاید صحبت کردن راجع به تصاویر کتاب از خواندن آن برای کودک جالب‌تر باشد).
- اشکالی ندارد توضیحات شما با آن چه در کتاب نوشته شده مطابقت نداشته باشد.
- اشکالی ندارد واژه‌ها را تغییر دهید.
- اشکالی ندارد که نام کودک خودتان را در داستان بگذارید.



- حتی اشکالی ندارد ابتدا صفحه آخر را برایش بخوانید یا هر صفحه دیگری که کودک دوست دارد.
- بهتر است نوبت را رعایت کنید. مثال: «علی حالا تو به من بگو چی دیدی؟»
- بهتر است صداهایی را تولید کنید و یا حرکاتی را انجام دهید که به کودک برای درک معنی کلمه یا جمله کمک کند. مثال: «این کلاغه، کلاغ قارقار می‌کنه.»
- بهتر است از بارها خواندن یا تعریف کردن یک صفحه یا یک قصه خسته نشوید، کودک از شنیدن مکرر آنها لذت می‌برد.
- بهتر است داستان‌های ساختگی خودتان را بگویید. این نوع داستان‌ها را کودک بیشتر از انواع دیگر دوست دارد، به ویژه اگر در مورد خودتان یا خودش باشد.
- داستان‌های واقعی از داستان‌های غیرواقعی زیباتر و جذاب‌تر هستند.



درک شنیداری

والدین گرامی این بسته اگرچه با توجه به کودکان دارای مشکلات شنوایی یعنی کودکانی که کاشت حلزون شده اند یا از سمعک استفاده می کنند تهیه شده است، برای کودکانی که شنوایی طبیعی دارند هم قابل استفاده است. بنابراین شما می توانید در صورتی که کودکان مشکل شنوایی دارد یا ندارد برای بهبود درک شنیداری او از این بسته استفاده نمایید و باعث تقویت درک و فهم بهتر او از صداهای محیطی و همچنین صحبت های اطرافیان شوید. فقط یک مورد از توصیه ها (خوشایندسازی استفاده از سمعک یا دستگاه کاشت حلزون) مخصوص کودکان دارای مشکلات شنوایی است و برای کودکان دارای شنوایی طبیعی کاربرد ندارد.



آشنایی با منبع تولید صدا (۱)

در حالی که یک وسیله صدادار را به صدا درمی آورید، کودک را به سمت منبع تولید صدا ببرید و به او نشان دهید و مجدداً آن را به صدا درآورید.



آشنایی با منبع تولید صدا (۲)

در صورت امکان وسیله را به او بدهید و اجازه دهید خودش آن را به صدا درآورد.

توجه به صداهای مداوم (۱)

جاروبرقی روشن است.
وسیله ای مانند جاروبرقی، چرخ گوشت یا آبمیوه گیری
را روشن کرده و توجه کودک را به صدای آن جلب کنید.



توجه به صداهای مداوم (۲)

جاروبرقی خاموش است.
پس از چند ثانیه آن را خاموش کنید و به کودک نشان
دهید که دیگر صدایی نمی آید. این کار را چندین بار با
وسایل مختلف تکرار کنید.





توجه به جهت تولید صدا (۱)

صدا کردن کودک از پشت سر
کودک را از جهات مختلف (پشت سر، جلو، سمت چپ و راست) صدا کنید تا او به سمت شما برگردد.



توجه به جهت تولید صدا (۲)

برگشتن کودک به سمت منبع صدا
این کار را می‌توانید با به صدا درآوردن اشیاء صدادار مثل جفجغه، سوت وسایر وسایل هم انجام دهید.

خوشایندسازی استفاده از سمعک یا دستگاه کاشت

حلزون (۱)

زمانی که سمعک را روی گوش کودک می‌گذارید یا دستگاه او را روشن می‌کنید، به او لبخند بزنید.



خوشایندسازی استفاده از سمعک یا دستگاه کاشت

حلزون (۲)

پس از روشن کردن وسیله، با او بالحن شاد صحبت کنید یا برایش شعر بخوانید و با هم دست بزنید.





بازی شناسایی منبع صدا (۱)

چند وسیله صدا دار را که کودک قبلاً با صدای آنها آشنا شده، جلوی او بگذارید و به او بگویید چشم هایش را ببندد. یکی از وسایل را به صدا درآورید.



بازی شناسایی منبع صدا (۲)

به کودک بگویید چشم هایش را باز کند و بگوید صدایی که شنید، مربوط به کدام وسیله بود.



بازی شناسایی منبع صدا (۳)

در صورتی که پاسخ کودک صحیح بود، او را تشویق کنید.

حذف صداهای مزاحم (۱)

نمونه نادرست
در زمان صحبت با کودک وسایلی را که صدای زیاد دارد،
خاموش کنید.



حذف صداهای مزاحم (۲)

نمونه درست



نگاه کردن به کودک در زمان صحبت کردن

هنگامی که با کودکان صحبت می کنید، درست رو به
روی او قرار بگیرید تا چهره شما را به صورت کامل ببیند.
دقت کنید که میزان نور محیط کافی باشد.





استفاده از حالات مختلف چهره در زمان صحبت

کردن (۱)

حالت خوشحالی

با توجه به موضوع صحبت از حالات مختلف چهره در زمان صحبت کردن استفاده کنید.



استفاده از حالات مختلف چهره در زمان صحبت

کردن (۲)

حالت تعجب

شناسایی صداهای دارای بلندی متفاوت (۱)

صدای بلند

با ایجاد صداهایی که بلندی آنها متفاوت است، کودک را با مفهوم صدای آهسته و بلند آشنا کنید و سپس پس از تولید هر صدا از او بپرسید این صدا آهسته (یواش) بود یا بلند؟



شناسایی صداهای دارای بلندی متفاوت (۲)

صدای آهسته





صحبت با لحن های مختلف (۱)

صدای بم
زمانی که برای کودک قصه می گوئید، برای هر شخصیت
داستان صدای خاصی تولید کنید که با بقیه متفاوت
باشد.



صحبت با لحن های مختلف (۲)

صدای بیچگانه



صحبت با لحن های مختلف (۳)

صدای نازک



شناسایی صداها ی مقطع و ممتد (۱)

بوق مقطع

به کودک نشان دهید که بین بعضی صداها سکوت است و بین برخی نیست.



شناسایی صداها ی مقطع و ممتد (۲)

بوق ممتد



بازی شناسایی صدای افراد (۱)

در حالی که چشم‌های کودک بسته است، اطرافیان نزدیک کودک یک به یک با او صحبت می‌کنند.



بازی شناسایی صدای افراد (۲)

بعد از شنیدن صدا، چشم‌های کودک باز می‌شود و او از روی آلبوم تصاویر، عکس فردی را که با او صحبت کرده، نشان می‌دهد.



بازی شناسایی صدای افراد (۳)

در صورتی که پاسخ کودک صحیح بود، جایزه می‌گیرد.

صحبت نکردن چند نفر با کودک به صورت همزمان

(۱)

نمونه نادرست

در زمانی که می خواهید با کودک صحبت کنید، هر بار فقط یک نفر صحبت کند و تا زمانی که صحبت نفر اول تمام نشده، نفر بعد صحبت نکند.



صحبت نکردن چند نفر با کودک به صورت همزمان

(۲)

نمونه درست





توجه به صداهای هشداردهنده (۱)

صدای ماشین
 کودک را با انواع صداهای آگاه ساز و هشداردهنده آشنا
 کنید.



توجه به صداهای هشداردهنده (۲)

صدای موتور



توجه به صداهای هشداردهنده (۳)

صدای زنگ در

صحبت کردن با صدای طبیعی

در زمان صحبت با کودک، بلندی صدای شما باید طبیعی باشد، همان طور که با دیگران صحبت می کنید.



نمونه درست



نمونه نادرست

دادن فرصت پاسخ به کودک (۱)

مادر صحبت می کند و کودک گوش می کند.
زمانی که با کودک صحبت می کنید، بعد از هر یک یا دو
جمله به او فرصت پاسخ دادن بدهید.



دادن فرصت پاسخ به کودک (۲)

کودک صحبت می کند و مادر گوش می کند.





عدم صحبت با کودک در زمانی که با دهانتان فعالیت دیگری انجام می دهید (۱)

نمونه نادرست

حین غذاخوردن، سیگار کشیدن یا آدامس جویدن با کودک صحبت نکنید. چون در این صورت نمی تواند دهان شما را درحین صحبت کردن به صورت کامل ببیند.



عدم صحبت با کودک در زمانی که با دهانتان فعالیت دیگری انجام می دهید (۲)

نمونه درست



صحبت کردن با سرعت طبیعی

در زمان صحبت با کودک، سرعت گفتار شما باید طبیعی باشد. سرعت کم یا زیاد گفتار مانع درک کامل گفته های شما توسط کودک می شود.



خواندن شعر و ترانه کودکان (۱)

برای کودک خود، مرتب شعر و ترانه کودکان بخوانید و همزمان او را تکان دهید.



خواندن شعر و ترانه کودکان (۲)

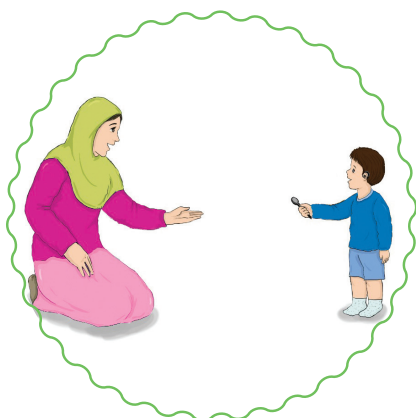
کودک را تشویق کنید که با شنیدن این ترانه ها دست بزند.



تمرین گوش کردن (۱)

درک گفتار از فاصله نزدیک

به کودک یاد دهید برای فهمیدن گفتار دیگران، باید خوب گوش کند. چنان چه کودک از فاصله نزدیک و در محیط بدون سروصدا، گفتار شما را متوجه می شود، فاصله خود را از کودک بیشتر کنید تا تلاش بیشتری برای فهمیدن گفتار شما بکند.



تمرین گوش کردن (۲)

درک گفتار از فاصله دور



تمرین گوش کردن (۳)

همان گفته را زمانی که صدای دیگری در محیط وجود دارد، بیان کنید.

مادر و پدر گرامی

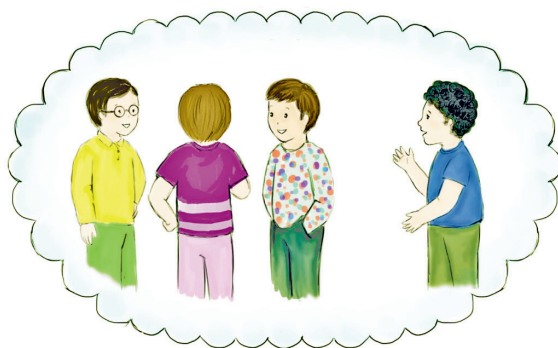
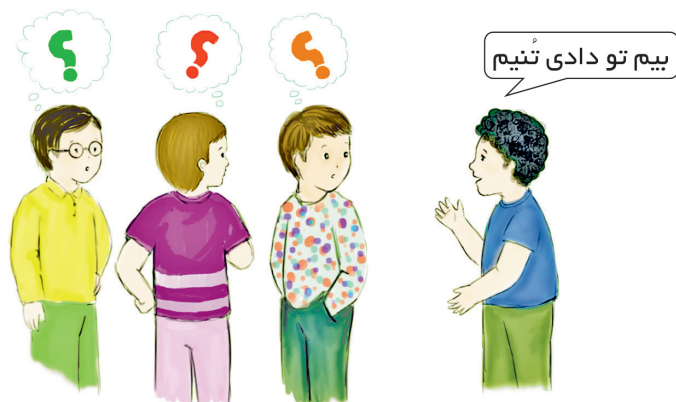
در این بسته مطالبی مهم در ارتباط با گفتار و تلفظ صداهای گفتاری کودکان قرار داده شده است. در ابتدای این بسته شما شکلی را مشاهده می‌کنید که حاوی اطلاعات ضروری در ارتباط با سن ظاهر شدن هر صدا و اشتباهات تلفظی رایج کودکان تا پیش از دبستان است. هر وقت سؤالی برای تان پیش آمد که فرزندم کدام صداهای گفتاری را 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 خطر و 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 فرزندمان 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 ریش (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 خطر را در جدولی در ابتدای بسته گذاشته‌ایم. هدفمان از آوردن این نشانه‌ها این است که بگوییم مثلاً اگر فرزندتان 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

هر چه 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.





عصبانی شدن کودک در اثر ناتوانی در بیان و تلفظ درست صداها و کلمه ها

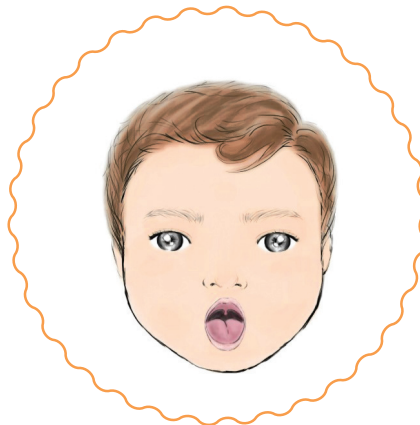
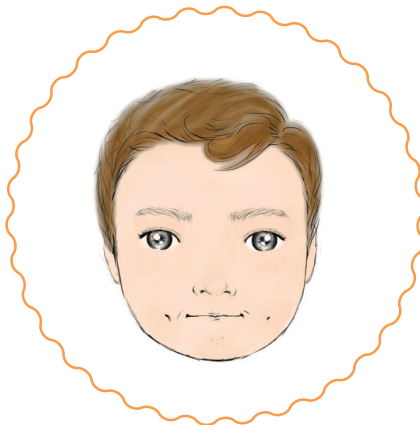
یکی از دلایل پرخاشگری و گوشه‌گیری این است که کودکان صداها و گفتاری را درست تلفظ نمی‌کند. ضمن آن که لازم است در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید در ادامه تمرین‌هایی آمده است که انجام آن می‌تواند به بهبود عملکرد اندام‌هایی که در تلفظ صداها و گفتاری نقش دارند کمک کند.

تمرین‌هایی برای تقویت کارکرد عضلات لب، فک‌ها، و زبان

اگر کودکان در کارهایی مثل فوت کردن، سق زدن، سرفه کردن، لیسیدن لب‌ها، بوسیدن و بادکردن گونه ضعف دارد تمرین‌هایی را که در ادامه می‌آید با او انجام دهید. در اجرای این تمرین‌ها دقت داشته باشید: توجه کودک را به خود جلب کنید، هم‌سطح کودک بنشینید، اول خودتان آن کار را انجام دهید و بعد از او بخواهید آن را مثل شما انجام بدهد.

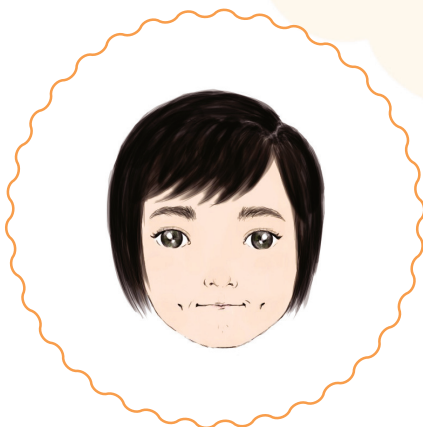
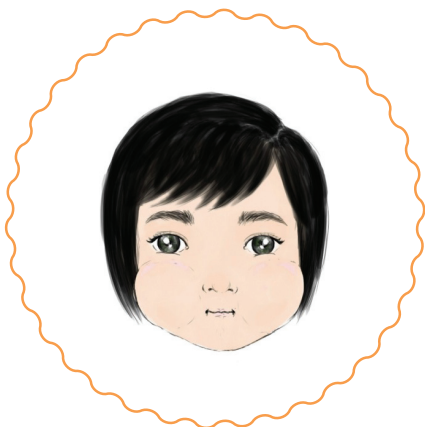
تمرین باز کردن و بستن دهان

به کودک بگویید 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.



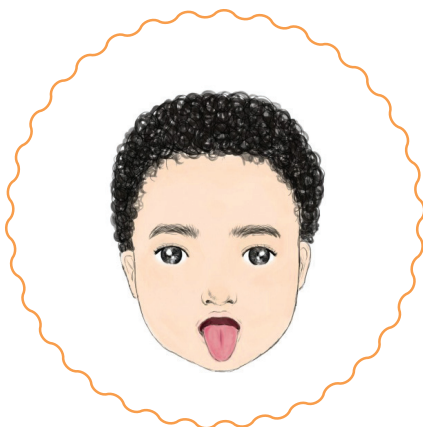
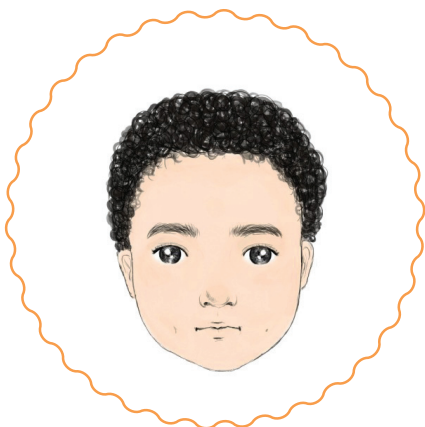
تمرین باد کردن لپ‌ها

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

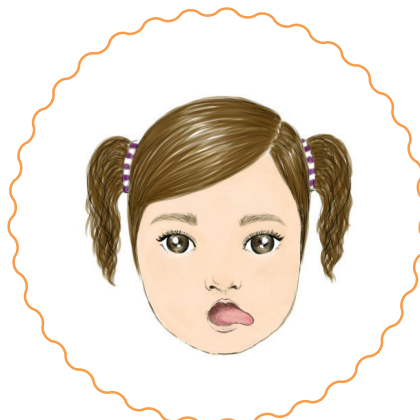
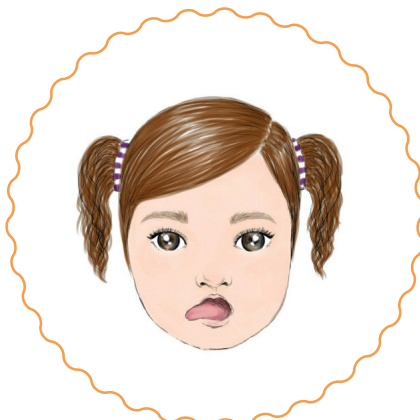
به کودکان بگویید سرش را تا حد ممکن صاف نگه دارد، دهانش را باز کند و زبانش را مستقیم بیرون بیاورد. سپس زبان را داخل برده و دهان را ببندد.





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 لب ها

از کودکان بخواهید مانند شما لب هایش را لیس بزند. 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 می برد 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، لب هایش را ببندد و فوت کند. می توانید از تکه ای 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 بگیرد. وقتی کودکان توانست فوت کند، کاغذ یا شمع را دورتر بگیرد تا مجبور شود محکم تر 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

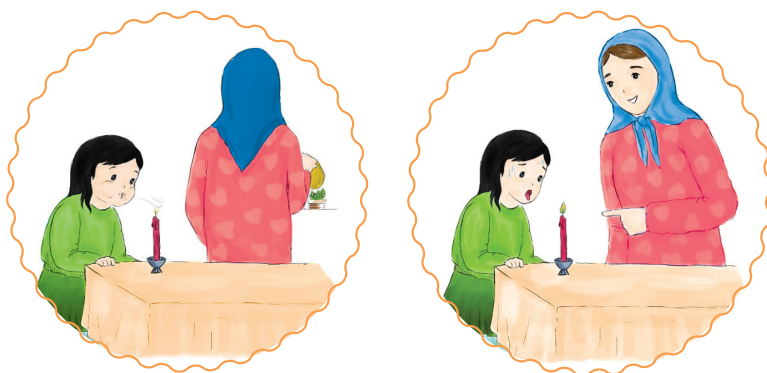
یک نی را داخل لیوانی پر از آب، چای یا آبمیوه قرار دهید. از کودکان بخواهید آب، چای یا آبمیوه داخل لیوان را مک بزنند. همچنین کودک می تواند بانی در داخل آب یا چای فوت کند تا حباب تشکیل شود.





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 تفرنگ 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 + رَن + گی/ 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 کلمه‌ها و تلفظ کامل آنها

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

والدین عزیز، اگر کودک شما در بیان هر یک از صداها یا گفتاری مشکل تلفظی دارد، ضمن آن که لازم است در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید، برای آماده‌سازی کودک برای بیان درست آن صداها می‌توانید از کلمات و نام‌آواهای زیر در قالب بازی‌های آوایی استفاده کنید.

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

ناروانی های گفتار و لکنت

والدین گرامی

حتماً تاکنون با کلمه «لکنت» مواجه شده اید. اما چه قدر با این کلمه آشنا باشید؟ ما به عنوان گفتاردرمانگر، بارها با این صحنه مواجه شده ایم که مادری به همراه فرزندش وارد اتاق درمان می شود و هنگامی که درباره مشکل اصلی فرزندش از او می پرسیم، با کلمه لکنت مواجه می شویم. اما پس از برقراری ارتباط با کودک و انجام مصاحبه و ارزیابی های اولیه، متوجه می شویم که کودک دارای اختلال زبانی یا اختلال تلفظ است و والدین به اشتباه کلمه لکنت را به جای این کلمات به کار می برند. آگاهی از لکنت و معنای واقعی آن برای والدین امری بسیار مهم است. ما در این بخش قصد داریم شما را با تعریف ناروانی های گفتار کودکان از جمله ناروانی طبیعی و ناروانی غیرطبیعی مانند لکنت، علت آن و سایر مسائل مربوط به آن آشنا سازیم. امید است که با مطالعه این بسته مداخله محور، دیدگاهی صحیح و جامع در شما والدین عزیز شکل گیرد تا بتوانید در برخورد با کودک دارای لکنت، اقدامات لازم و درست را انجام دهید.

تعریف برخی از علایم

ناروانی طبیعی: ناروانی طبیعی همان تکرارهای ساده بخشی از کلمه یا کل کلمه، کشیده گویی آهنگین، بازگویی اصلاحی و میان پرانی صداها، مکث، یا سایر حالت هایی است که گاهی در گفتار طبیعی ایجاد می شود و به اصطلاح عامیانه به «تیق زدن» معروف است. این امر در اکثر کودکان در محدوده سنی ۱/۵ الی ۶ سالگی (اغلب در ۲ الی ۳/۵ سالگی) قابل مشاهده است. بنابراین تعداد زیادی از کودکان همزمان با رشد گفتار و زبان دوره ای از ناروانی را در گفتار خود تجربه می کنند. در این حالت آنها معمولاً بخشی از کلمه یا عبارت را تکرار می کنند. این کار اکثراً در ابتدای جمله و معمولاً یک بار در هر جمله اتفاق می افتد. اصولاً تمام کلمه (من من من می رم) یا عبارت (من می خوام من می خوام من می خوام برم) را تکرار می کنند. آنها معمولاً از صداها یا پرکننده مثل «ا» «ام» استفاده می کنند و در بین صحبت هایشان گاهی حرفشان را ناتمام می گذارند. همه کودکان در هر سنی ممکن است مقداری ناروانی داشته باشند، اما در مواقعی که هیجان زده و خسته هستند و یا استرس دارند میزان این ناروانی ها بیشتر می شود. همچنین ممکن است وقتی که از دیگران سؤالی می پرسند و یا می خواهند به سؤال دیگران پاسخ دهند ناروانی ها افزایش یابند. ناروانی طبیعی ممکن است تا مدتی مثلاً چند روز یا چند هفته ادامه پیدا کند و سپس محو شود. انتظار می رود کودکان دارای ناروانی طبیعی از ناروانی خود آگاه نباشند، و واکنش خاصی مانند تعجب کردن و یا خجالت کشیدن به آن نشان ندهند. والدین هم ممکن است به این نوع از ناروانی ها توجهی نشان ندهند و خیلی عادی رفتار کنند. در صورتی که برخی از والدین نگرانی غیرضروری نسبت به رشد گفتاری کودک و ناروانی طبیعی او داشته باشند می توانند جهت ارزیابی بیشتر به آسیب شناس گفتار و زبان (گفتاردرمانی) مراجعه نمایند.

لکنت: تلاش کودک برای یادگیری صحبت کردن و استرس های طبیعی دوران رشد ممکن است عاملی برای شروع ناروانی غیرطبیعی یا لکنت باشد. لکنت اختلالی است که با وقفه های بیش از حد در جریان گفتار ظاهر می شود. این وقفه ها ممکن است به صورت تکرار، کشیده گویی یا قفل (گیر) باشند:

تکرار: تکرار صداها (مانند: م...م...م...مسواک)، تکرار هجاها (مانند: مس...مس...مسواک) و یا تکرار کلمات تک هجایی (مانند: من...من...من آب میخوام).

کشیده گویی: کشیده گویی صداها (مانند: مسواک یا دییییییییییروز).

قفل (گیر): قفل در جریان هوا یا صداسازی (مانند ممممم...مسواک یا ددددددد...دیروز).

کودکی که با لحظات وقوع لکنت مواجه می شود، برای رهایی از این حالت، تلاش می کند که حین بیان کلمات، با تولید صداها، کلمه ها و یا حرکت های اضافی (در ناحیه صورت، گردن و یا حتی دست ها و پاها)، آنها را با فشار بیشتری بیان کند یا با سرعت از موقعیت های استرس زا عبور کند. گاهی نیز اجتناب از صحبت کردن را بر روش های پیشین ترجیح می دهد. کودک کم سن و سالی را در نظر بگیرید که با لکنت و سختی های آن مواجه شود! این حالت ها باعث ایجاد کلافگی، درماندگی و حتی ترس در کودک خواهد شد. گفتن این نکته لازم است که در صورت باقی ماندن لکنت، هر چه کودک بزرگتر شود، این احساسات و نگرش های منفی بیشتر خواهد شد.

ویژگی های ناروانی طبیعی و سطوح مختلف لکنت دوران رشد

نوع ناروانی و لکنت	علائم اصلی	رفتارهای وابسته	احساسات و نگرش ها
ناروانی طبیعی	۱۰مورد یا کمتر ناروانی در ۱۰۰ کلمه؛ غالباً تکرار، میان پرانی و بازگویی	وجود ندارد	عدم آگاهی و نگرانی
لکنت مرزی	۱۱مورد یا بیشتر ناروانی در ۱۰۰ کلمه؛ وقوع تکرار و کشیده گویی بیش از بازگویی و میان پرانی	وجود ندارد	غالباً ناآگاه ولی گاهی همراه با ناکامی اندک
لکنت آغازین	تکرارهای سریع و نامنظم و بروز نشانه های گیر	رفتارهای تلاش برای رهایی از لکنت به صورت پلک زدن و افزایش زیر و بمی و بلندی صدا	آگاهی از ناروانی با ابراز ناکامی
لکنت بینابینی	گیر(مسدود شدگی جریان هوا) توأم با تکرار و کشیده گویی	رفتارهای رهایی و اجتناب	ترس، ناکامی، نگرانی (تشویش) و شرمساری
لکنت پیشرفته	گیرهای طولانی همراه با سفتی و لرزش	رفتارهای رهایی و اجتناب با درجه بیشتر	ترس، ناکامی، نگرانی (تشویش)، شرمساری و خودآگاهی منفی

والدین کودکان دارای لکنت اغلب گزارش می دهند که خیلی دیر به آسیب شناس گفتار و زبان ارجاع داده شده اند. بعضی از عوامل نشان می دهند که کودک شما در معرض خطر بیشتری برای مزمن شدن لکنت قرار دارد. شما می توانید با مطالعه عوامل خطر، درمان را به موقع شروع کنید. در ادامه



این عوامل معرفی می‌شوند.

۱. مدت زمانی که از شروع لکنت گذشته است

مدت زمان گذشته از شروع لکنت نقش بسیار تعیین‌کننده‌ای در استمرار اختلال دارد. اگر از شروع لکنت ۱۵ ماه یا بیشتر گذشته باشد و هیچ پیشرفتی مشاهده نشود، احتمال مزمن شدن لکنت افزایش بیشتری می‌یابد. به طور کلی اگر درمان تا ۱۵ ماه پس از شروع لکنت آغاز شود، شانس بهبودی بسیار بالاتر است.

در صورتی که هر یک از موارد زیر مشاهده شوند، توصیه می‌شود درمان کودک بلافاصله شروع شود:

- کودک از لکنت رنج می‌برد.
- کودک به دلیل لکنت، تمایلی به برقراری ارتباط ندارد (مثلاً به هنگام بروز لکنت از ادامه حرف زدن منصرف می‌شود و یا از شما می‌خواهد که به جای او حرف بزنید).
- کودک خلق و خوی حساس و زودرنجی دارد.
- والدین در مورد گفتار کودک نگران هستند.

با توجه به این که لکنت روی ارتباط و زندگی کودکان اثرات منفی می‌گذارد، توصیه می‌شود تا قبل از ورود کودک به مدرسه درمان انجام شود. درمان در کودکان زیر شش سال مؤثرتر از کودکان بالای شش سال است.

۲. تاریخچه خانوادگی

شواهدی وجود دارد که لکنت به ارث می‌رسد. حدود ۶۰ درصد از کودکانی که لکنت می‌کنند، سابقه خانوادگی لکنت دارند. در صورتی که سابقه لکنت مزمن در خانواده کودک وجود داشته باشد، شانس این که کودک به لکنت کردن ادامه دهد، ۶۵٪ است.

۳. جنسیت

آسان‌ترین و یکی از مهمترین عوامل پیش‌بینی‌کننده استمرار لکنت، جنسیت است. پسران بیشتر از دختران مبتلا به لکنت می‌شوند. احتمال ماندگاری لکنت در پسران بیشتر از دختران می‌باشد.

۴. تاریخچه لکنت

تعداد زیادی از کودکانی که شروع به لکنت می‌کنند به طور کامل بدون درمان بهبود پیدا می‌کنند. کودکانی که به طور طبیعی خوب می‌شوند، معمولاً شدت لکنتشان تا پایان یک سال بعد از شروع لکنت کاهش می‌یابد. در صورتی که بعد از گذشت یک سال از شروع لکنت، کاهشی در تعداد تکرارها، تعداد واحدهای هر تکرار «مثلاً بی بی بی به جای بی بی بی»، قفل‌ها و کشیده‌گویی‌ها خصوصاً در ۳ تا ۶ ماه پایانی به طور واضح مشاهده نشود، بهتر است به آسیب‌شناس گفتار و زبان (گفتاردرمانی) مراجعه کنید.

۵. سن شروع لکنت

شروع دیر هنگام لکنت می تواند دلیلی بر نیاز به خدمات درمانی باشد. شروع دیر هنگام لکنت در پسران تقریباً بعد از سومین سال تولدشان است در حالی که در دختران بعد از سن ۳۴ ماهگی است. برخی معتقدند اگر اولین علایم لکنت بعد از سن ۴ یا ۵ سالگی مشاهده شود شانس ماندگاری لکنت بدون درمان، زیاد است.

۶. اختلالات تلفظ گفتار

اگر کودک علاوه بر لکنت، اختلال تلفظ صداها یا کلمه ها را داشته باشد، بهتر است با مراجعه به موقع به درمانگر، هر دو اختلال تحت درمان قرار بگیرند.

۷. مهارت های زبانی

در صورتی که کودک مهارت های زبانی بالایی داشته باشد و یا اختلال در زبان داشته باشد ممکن است لکنت او باقی بماند. در صورتی که با چنین شرایطی رو به رو شدید به آسیب شناس گفتار و زبان (گفتاردرمانگر) مراجعه کنید تا مدیریت درستی برای درمان لکنت انجام شود.

۸. شدت لکنت

کودکانی که ناروانی طبیعی دارند نیاز نیست به درمانگر مراجعه کنند. اگر والدین نگران وضعیت کودک خود هستند می توانند با مراجعه به درمانگر، مشاورات لازم را دریافت کنند. اگر کودک لکنت خفیفی دارد، والدین باید مشاورات و دستورالعمل های ذکر شده در بخش قبل را رعایت کنند. اگر بعد از گذشت ۶ هفته یا بیشتر از اجرای این موارد توسط والدین، لکنت کودک باقی ماند باید به آسیب شناس گفتار و زبان (گفتاردرمانی) مراجعه کنند. کودکانی که لکنت شدید دارند باید فوراً به آسیب شناس گفتار و زبان مراجعه کنند. در زیر توصیه های ساده برای مواجهه با لکنت یا ناروانی گفتار در کودکان برای هدایت و راهنمایی والدین و مراقبان در انجام واکنش های درست آورده شده است.

لکنت چیست؟

لکنت زمانی ایجاد می شود که در جریان طبیعی گفتار وقفه ای ناگهانی و غیرطبیعی به واسطه تکرار صداها، هجاها و کلمات، کشیده گویی صداها، هجاها و کلمات و قفل شدن دهان ایجاد شده و گاهی مواقع با رفتارهای همراه نظیر پیاکوبیدن و پلک زدن همراه است. اولین علایم آن معمولاً در اولین سال های زندگی کودک درست زمانی که زبان کودک در حال رشد است، مشاهده می شود.





ناروایی طبیعی چیست؟

این کودکان در سنین بین ۱۸ ماهگی تا ۳ سالگی کلمات، بخشی از کلمات و صداها را تکرار می‌کنند. این کار اکثراً در ابتدای جمله و معمولاً یک بار در هر جمله اتفاق می‌افتد. در کودکان دارای ناروایی طبیعی کمتر دیده می‌شود که صداها و بخشی از کلمات را تکرار کنند. در عوض تمام کلمه (من من من می‌رم) یا عبارت (من می‌خوام، من می‌خوام، من می‌خوام برم) را تکرار می‌کنند. انتظار می‌رود که کودکان دارای ناروایی طبیعی از ناروایی خود آگاه نباشند.



دانش خود را در مورد لکنت کودکان افزایش دهید.

وقتی کودکان مبتلا به لکنت می‌شود، شما باید درباره روان حرف زدن و رشد لکنت مطالعه کنید تا بتوانید تصمیمات حمایتی خوبی بگیرید. والدینی که دانش درست و کافی در مورد لکنت داشته باشند می‌توانند نقش فعال و مؤثری در کاهش و درمان لکنت ایفا کنند.

باورهای درست و نادرست در مورد لکنت

باورهای درست	باورهای نادرست
بین لکنت و هوش هیچگونه ارتباطی وجود ندارد.	افراد مبتلا به لکنت باهوش نیستند!
استرس باعث لکنت نمی‌شود اما می‌تواند باعث تشدید لکنت شود. لکنت باعث ایجاد استرس در کودک می‌شود.	استرس باعث لکنت می‌شود!
لکنت با تقلید ایجاد نمی‌شود. سابقه خانوادگی، بدعملکردی عصبی و ... می‌توانند در به وجود آمدن لکنت حائز اهمیت باشند.	لکنت با تقلید کردن و یا شنیدن یاد گرفته می‌شود!
این کار به بدتر شدن این پدیده می‌انجامد زیرا فرد نسبت به گفتار خود حساس‌تر می‌شود.	گفتن «یک نفس عمیق قبل از صحبت کردن بکش» و «قبل از حرف زدن فکر کن» سودمند است!
این کار به بدتر شدن لکنت می‌انجامد. هیچ گاه بابت لکنت تذکر ندهید و سرزنش نکنید.	بهتر است به کودک بگوییم «درست حرف بزن» یعنی به او تذکر دهیم.

لکنت می تواند بهبودی خود به خودی داشته باشد.

در اکثر کودکان بهبودی در ۱۲ تا ۱۸ ماه بعد از آغاز لکنت اتفاق می افتد. با افزایش سن و مدت زمان گذشته از آغاز لکنت احتمال بهبودی خود به خودی کاهش می یابد. همچنین کودکانی که لکنت مزمن دارند، شدت لکنت آنها در طی زمان ثابت است. در مقابل، کودکانی که احتمال بهبودی خود به خودی دارند، کاهش قابل توجهی در میزان لکنت طی اولین سال بعد از آغاز لکنت

خود نشان می دهند و این الگوی بهبودی طی زمان ادامه می یابد.



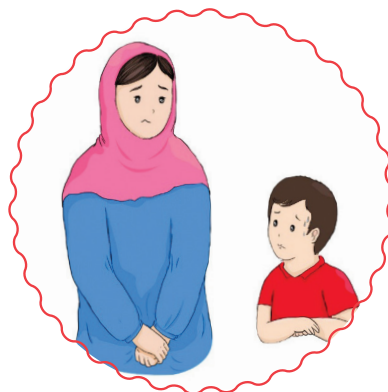
شما نقش مؤثری در کاهش و افزایش شدت لکنت کودکان دارید.

والدین معمولاً در گفتار کودک دخالت می کنند و درخواست های بیشتری از کودک دارند. این گونه رفتارها می تواند باعث تشدید و مزمن شدن لکنت فرزندشان شود. بهتر است والدین به گونه ای دیگر با کودکشان حرف بزنند و تغییراتی را در محیط ارتباطی به وجود آورند تا روانی گفتار را تقویت کنند. برای مثال، از سرعت آهسته و طبیعی به هنگام مکالمه با کودک استفاده کنند.



اضطراب شما ممکن است باعث افزایش لکنت و ماندگاری آن شود.

هر گونه نگرانی و اضطراب والدین درباره لکنت ممکن است به آسانی به کودک منعکس شده و باعث افزایش شدت لکنت کودک شود. همچنین خانواده ها در مورد لکنت فرزندانشان احساس گناه می کنند، زیرا معتقدند که یک کار اشتباهی را انجام داده اند که باعث شده این مشکل به وجود آید. این احساسات می تواند ذهن شما را مشغول کند و مانع از مشارکت فعال شما در درمان شود.



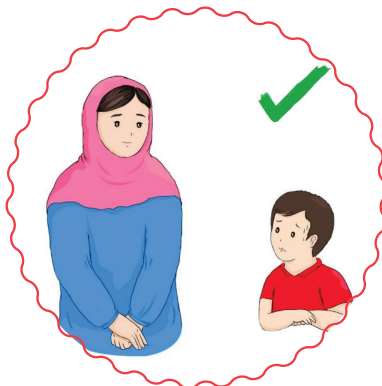
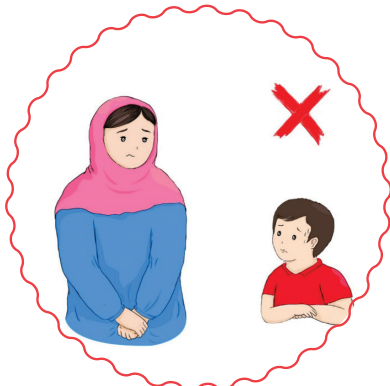


بسیاری از کودکان دارای لکنت خلق و خوی حساسی دارند.

ویژگی‌های خلق و خو نظیر حساسیت و عاطفی بودن ممکن است لکنت را تشدید یا حفظ کند. کودکان ممکن است نسبت به لکنتشان واکنش منفی نشان دهند. این موضوع باعث می‌شود به جای بهبود مشکل، وضعیت بدتر شود. والدین باید از مشاجره یا مکالمه بلند هنگام گفت و گو با کودک پرهیز کنند و به او اطمینان خاطر دهند که در هر حالت به گفتار کودکشان گوش می‌دهند.

به محتوای گفتار کودکان، صرف نظر از شیوه حرف زدن او توجه کنید.

- وقتی کودک لکنت می‌کند حرف او را تکمیل نکنید و تا پایان گفتارش به او توجه کنید.
- کودک باید احساس کند که از گوش دادن به حرف‌هایش لذت می‌برید.



فشار زمانی را از روی کودکان بردارید.

زمانی که کودکان برای پاسخ دادن به سؤالات پیچیده تلاش می‌کنند یا می‌خواهند حرفی بزنند، اما شما برای رفتن به جایی عجله دارید، فشار زمانی افزایش می‌یابد. زمانی که خواهر و برادرش منتظرند تا نوبتشان شود و او دارد حرف می‌زند، و یا کودک با فردی صحبت می‌کند که تند حرف می‌زند، فشار زمانی افزایش می‌یابد. شما چنان چه بتوانید برخی عوامل از جمله فشار زمانی را کاهش دهید، آن وقت حرف زدن بدون لکنت برای کودک امکان‌پذیر می‌شود.

برای حرف زدن با کودکان از سرعت آهسته و در عین حال طبیعی استفاده کنید.

به هنگام گفت و گو با کودکان از سرعت آهسته و طبیعی استفاده کنید. شما می‌توانید برای کاهش سرعت گفتار از مکث‌های بیشتر بین کلمه‌ها استفاده کنید یا کلمه‌ها را کمی کشیده و آهنگین بیان کنید. می‌توانید برای تأکید بیشتر روی آهسته صحبت کردن از نماد لاک پشت استفاده کنید (ماهم مثل لاک پشتی که یواش یواش راه میره یواش یواش حرف می‌زنیم). به یاد داشته باشید زمانی که والدین به ویژه مادر آهسته‌تر صحبت کنند، لکنت کودک کاهش می‌یابد.



آسان‌تر صحبت کردن را به کودک آموزش دهید.

شما می‌توانید آن چه را که کودک می‌گوید به یک شیوه آهسته‌تر بازگو کنید و آسان‌تر صحبت کردن را به او نشان دهید. جملات به کار برده شده توسط کودک را با سرعت آهسته‌تر تکرار کنید یا آن را گسترش دهید. این کار باعث می‌شود کودک آن چه را که می‌گوید به شیوه‌ای آسان‌تر و راحت‌تر بشنود.



برای برقراری ارتباط با کودک از سؤالات کمتری استفاده کنید.

سؤال پرسیدن یک بخش عادی زندگیست ولی سعی کنید از سؤال کردن‌های پی در پی خودداری کنید. شما باید جایگزینی برای سؤالات خود پیدا کنید. می‌توانید به جای سؤال پیچ کردن، کارها و فعالیت‌های کودکان را توصیف کنید و در مورد آنها نظر دهید.

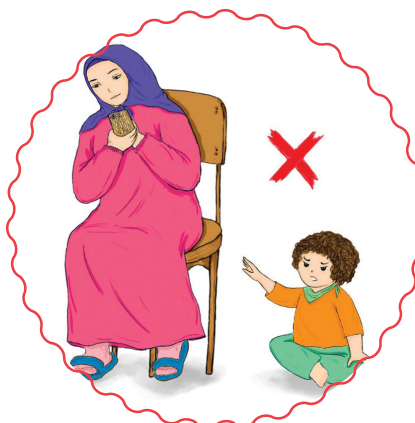




هنگام صحبت با کودک از کلمه ها و جمله های مبهم استفاده نکنید.

گاهی اوقات مکالمه والدین با کودک مبهم می باشد و از یک کلمه چندین بار استفاده می شود. برای مثال: «آن چیز را آن جا بگذار و من آن یکی را روی آن می گذارم»، یا «می تواند پهلوی آن یکی آن جا باشد». به نظر می رسد که روانی گفتار برخی از کودکان تحت تأثیر کلمه های بی محتوا یا کلمه های خاصی قرار می گیرد که نیاز به

جبران معنی دارند. شما باید هنگام صحبت کردن با کودکان از کلمه های پرمحتوا، با معنی، درست و مناسب استفاده کنید. مثلاً «من ماشین آبی ام را در ایستگاه پمپ بنزین گذاشتم»، «ماشین را پشت سر یک وانت پارک کردم».



زمانی که کودکان حرف میزنند، کاملاً به او گوش دهید.

اگر شما به گفتار کودکان گوش نکنید، ممکن است تلاش بیشتری کند تا توجه شما را جلب کند. بنابراین، احتمال بروز لکنت بیشتری می شود. توجهتان را کاملاً معطوف کودک کنید و سراپا گوش باشید. این کار باعث می شود تا فشار زمانی برای حرف زدن از روی کودک برداشته شود و با آرامش بیشتری صحبت کند.



هنگامی که نمی توانید به کودک گوش کنید، برای او زمان سکوت تعیین کنید.

بسیاری از والدین گزارش می کنند زمانی که با تلفن صحبت می کنند یا در حال گفت و گو با یک بزرگسال هستند، گفتار کودک ناروان تر می شود. بهتر است «زمان های سکوت» را برای وقتی که نمی توانید شنونده مؤثری باشید، تنظیم نمایید. فعالیت هایی نظیر موارد زیر می توانند گزینه های خوبی برای زمان سکوت باشند:

- اجازه دهید کودکان یکی از فیلم های مورد علاقه خود را ببینند.

- اجازه دهید به کتاب‌ها نگاه کند.
- به او بگویید نقاشی کند یا بی‌سروصدا با اسباب‌بازی‌هایش بازی کند.

تماس چشمی مناسبی با کودکان داشته باشید.

هنگامی که با کودک در حال گفت‌وگو هستید، هم‌سطح کودک قرار بگیرید و به او نگاه کنید. برقراری تماس چشمی باعث می‌شود که کودک شما به هنگام حرف زدن احساس آرامش بیشتری داشته باشد. همچنین تماس چشمی مناسب مانع از همزمان صحبت کردن و درهم شدن صحبت‌ها می‌شود.



نوبت‌گیری در حرف زدن را به کودکان آموزش دهید.

کودکان زمانی که حرفشان قطع می‌شود و حرف دیگران را قطع می‌کنند، بیشتر لکنت می‌کنند. زمانی که نوبت‌گیری شکل می‌گیرد، روانی گفتار کودک افزایش می‌یابد. شما باید نوبت‌گیری را به کودکان آموزش دهید. آموزش ابتدا باید در بازی و سپس در مکالمات انجام شود و به یکدیگر یادآوری کنید که اکنون نوبت چه کسی است و تا پایان یافتن نوبت او، نفر دوم باید گوش دهد. استفاده کردن از یک نشانه (مثلاً یک عروسک) که مشخص کند نوبت چه کسی است، مفید می‌باشد.



بین نوبت‌های مکالمه‌ای از مکث‌های دوتاییه‌ای استفاده کنید.

به هنگام صحبت کردن با کودک دارای لکنت از مکث دو ثانیه‌ای استفاده کنید. قبل از این که به کودک پاسخ دهید در ذهنتان تا دو بشمارید (مکث دوتاییه‌ای داشته باشید). این کار باعث می‌شود که اعضای خانواده زمان بیشتری بین نوبت‌ها داشته باشند و فشار زمانی هنگام ارتباط کاهش یابد.





سؤالاتی که نیازمند پاسخ پیچیده و طولانی هستند را محدود کنید.

زمانی که کودکان از جمله‌های پیچیده و طولانی برای پاسخ به سؤالات استفاده می‌کنند، لکنت بیشتر اتفاق می‌افتد. شخصی که سؤال می‌پرسد، منتظر پاسخ است. کودک باید زمانی را صرف پردازش سؤال و فرمول‌بندی جواب کند. بنابراین هرچه سؤال به جواب پیچیده‌تری نیاز داشته باشد فرمول‌بندی آن برای

کودک دشوارتر می‌شود و احتمال وقوع لکنت را زیاد می‌کند. والدین می‌توانند از سؤالات بله / خیر و یا سؤالاتی که به پاسخ‌های کوتاه نیاز دارند، استفاده کنند.



هنگام صحبت کردن با کودکان از کلمه‌های ساده و جمله‌های کوتاه استفاده کنید.

هنگامی که والدین از زبان پیچیده‌ای برای برقراری ارتباط با کودک استفاده می‌کنند، کودک ممکن است سعی کند تا خود را هم سطح والدین کند و با به کارگیری جمله‌ها و کلمه‌های سخت به رقابت با آنها بپردازد. به مثال‌های زیر توجه کنید:

مثال یک: کودک: «بابا روی این تخت می‌خوابد؟»

مادر: «بله، او خیلی خسته است. همین جا می‌خوابد.»

مثال دو: کودک: «بابا روی این تخت می‌خوابد؟»

مادر: «بله، بابا این تخت را هفته پیش به همراه دایی محسن از فروشگاه بزرگی خرید، این تخت رو خیلی دوست داره، همین جا می‌خوابه.»

یک زمان مخصوص را هر روز برای کودکان اختصاص دهید.



زمان مخصوص شامل یک بازی ۱۵ تا ۲۰ دقیقه‌ای می باشد. در طی این زمان کودک باید انتخاب کند در مورد چه چیزی حرف بزند و یا با چه وسایلی بازی کند. والدین باید از رهبری کودک پیروی کنند و به طور کامل به او توجه کنند. برای بسیاری از کودکان دارای لکنت گذراندن زمان مخصوص با والدین ترجیحاً در صبح می تواند موجب تقویت روانی گفتارشان شود. والدین می توانند در حین زمان مخصوص از سرعت آهسته طبیعی، نوبت گیری، استفاده از جمله های کوتاه برای تقویت روانی گفتار کودک استفاده کنند.

به کودک توجه کنید و توجه کودک را جلب کنید.



تکنیک هایی که می توانید برای برقراری ارتباط و جلب توجه کودک استفاده کنید:

- کودکان را لمس کنید، اسم او را صدا کنید و سپس صبر کنید تا کودک به شما نگاه کند، قبل از این که کلمه دیگری بیان کنید.
- کارهای مرموزانه، تعجب آورو شادی بخش انجام دهید تا توجه کودک را به خود جلب کنید.
- حالات چهره شما به همان اندازه حالات چهره کودک

اهمیت دارد. لذا والدین نیز باید به کودک نگاه کنند، و با خوشرویی بیشتری با کودک برخورد کنند.

- اگر امکان دارد وسایل بازی را جلوی صورت خودتان بگیرید تا کودک تشویق شود به چهره شما نگاه کند.



حرف زدن و کارهای کودکان را تشویق کنید.

اگر شما به درستی از تقویت‌های کلامی مثبت برای کودکان استفاده کنید، می‌توانید به کاهش لکنت کمک کنید. از تکنیک‌های زیر می‌توانید برای تقویت کلامی کودکان استفاده کنید:

شما باید به تمامی نظرات و سؤالات کودک پاسخ دهید و در برخی موارد تکرار با تأکید بر آن چه کودک گفته است مفید واقع می‌شود. برای مثال، کودک: «بابام سوار این دوچرخه می‌شه». مادر: «بله بابات سوار این دوچرخه می‌شه». فعالیت‌های کودک را توصیف و تشویق کنید. برای مثال، «می‌بینم که تمامی اون گوسفندها را به مزرعه بردی، حالا همه اونها می‌توانند علف بخورند. این فکر خوبی بود». از تمجیدهای معمولی و منفعل مثل: «پسر خوب، تو زرنگی» استفاده نکنید.

سبک تربیتی درست را برای کودکان انتخاب کنید.

والدین کودک مبتلا به لکنت ممکن است در مورد نظم و انضباط دچار سردرگمی شوند چرا که می‌ترسند اگر محدودیت‌هایی بر کودک حساس خود تحمیل کنند، لکنت بیشتر شود. خانواده عزیز هر کودکی نیازمند محدودیت‌های مشخص و ثابتی است و باید محدودیت‌های رفتاری همچون رعایت سکوت هنگامی که فرد دیگری تلویزیون تماشا می‌کند، یا هل ندادن خواهر و برادر را بداند. کودک دارای لکنت مثل سایر کودکان باید قوانین را رعایت کند.



در زندگی کودک نظم ایجاد کنید.

در طول دوره افزایش ناروانی، روال های معمول زندگی کودک را تغییر ندهید. در عوض پیشنهاد می شود زمان بیشتری با کودک بگذرانید، بازی های ساده با او انجام دهید، تعداد فعالیت های یک روز را کاهش دهید و برنامه زمانی خوابیدن و غذا خوردن کودک را تنظیم کنید. همچنین ایجاد ثبات در نظم و روال معمول زندگی و حمایت بیشتر از کودک می تواند به کاهش لکنت کمک کند.



اعتماد به نفس کودکان را افزایش دهید.

میزان توجهی که کودک از والدینش دریافت می کند، سهم زیادی در اعتماد به نفس او دارد. هنگامی که کودک احساس می کند والدینش او را می فهمند و مراقب او هستند، احساس آرامش بیشتری می کند و استرس او کاهش و توانایی روان حرف زدنش افزایش می یابد. شما باید تمام نقاط قوت کودکان را در نظر بگیرید. زمانی که کودک کار خوبی انجام می دهد او را تشویق کنید. همچنین فعالیت هایی را انتخاب کنید که کودک بتواند موفقیت را در آنها تجربه کند.





بلع و تغذیه

مادر و پدر گرامی

کتابی که پیش رو دارید حاوی مطالبی مهم در ارتباط با تغذیه و بلع نوزاد و یا کودکان است. در بخش اول این کتاب شما با فهرست رشدی مهارت‌های حرکت تغذیه و بلعیدن در نوزاد و یا کودکان آشنا می‌شوید که در صورت نبود این مهارت در سن مشخص نیز لازم است هر چه سریع‌تر جهت بررسی و ارزیابی‌های دقیق به گفتار درمانگر مراجعه کنید.

در بخش دوم کتاب نشانه‌های خطر در مورد تغذیه و بلع نوزاد یا کودکان مشاهده می‌کنید، که حاوی اطلاعات ضروری در ارتباط با نشانه‌هایی است که به محض دیدن این موارد حتماً باید به نزدیکترین گفتار درمانگر مراجعه کنید. در بخش سوم در کتاب پیش رو توصیه‌هایی هست که برای تغذیه و غذا خوردن نوزاد و کودکان آورده شده است. این توصیه‌ها به شما کمک خواهد کرد که بتوانید بهتر به نوزاد و یا کودکان غذا بدهید تا در اولین فرصت به یک گفتار درمانگر مراجعه کنید.

وضعیت‌های شیردهی مناسب



۱. وضعیت دراز کشیده

در این وضعیت مادر به پشت دراز کشیده، پاها را دراز می‌کند و به کودک یا نوزادش اجازه می‌دهد که به کمک جاذبه، سینه مادر را به راحتی بگیرد. تماس پوست صورت با سینه مادر به آرامش کودک در گرفتن سینه و شروع مکیدن کمک می‌کند. این معمولاً اولین وضعیتی است که مادران در شیردهی انتخاب می‌کنند و برای کودکان یا نوزادانی مناسب است که خیلی سخت سینه مادر را می‌گیرند.

۲. وضعیت گهواره‌ای

این وضعیت معمول‌ترین وضعیت شیردهی در نوزادان و کودکان است. مادر به صورت مستقیم نشسته و سروگردن در یک راستا قرار دارد، کودک به یک طرف خوابیده و سر و گردن او بر روی بازوی مادر قرار می‌گیرد و بدن کودک در مقابل شکم مادر است. با استفاده از یک دست، سرو نیمه بالایی بدن نوزاد را حمایت کنید و با کمک دست دیگر پاها



و نیمه پایینی بدن نوزاد را نگه دارید. مراقب دست نوزاد باشید تا بین او و بدن شما تحت فشار قرار نگیرد. برای جلوگیری از بروز ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) زاویه ملایمی به سمت بالا ایجاد کنید. با آن که این وضعیت خیلی رایج است اما برای همه نوزادان مناسب نیست. یک بالش یا کوسن در پشت مادر و یا زیر بازوی او می‌تواند شرایط شیردهی را راحت‌تر کند و مانع درد در ناحیه پشت و یا دست‌های مادر شود.

۳. وضعیت گهواره‌ای ضربدری

این وضعیت شیردهی خیلی شبیه روش گهواره‌ای است با این تفاوت که در این روش ضمن درآغوش گرفتن نوزاد، اگر نوزاد از سینه راست تغذیه می‌کند باید سرو بالاتنه او را با دست چپ حمایت کرده و پاها و پایین تنه او را با دست راست نگه دارید و بالعکس. به این ترتیب دستان شما به صورت ضربدری بر روی هم قرار خواهند گرفت. این روش برای نوزادان کم وزن و زودرس که در آغوش گرفتن آنها دشوار است و یا نوزادانی که مشکل



در گرفتن سینه مادر دارند، مناسب‌تر می‌باشد. دقت داشته باشید در روزهای اول شیردهی، دور سر کودک را نگه ندارید و به چانه و یا قفسه سینه کودک فشار وارد نکنید. این امر باعث می‌شود سینه گرفتن نوزاد سخت شده و نوک سینه مادر زخم شود. به مرور زمان که نوزاد بزرگ‌تر شد مانند تصویر می‌توانید سر را به آرامی در دستانتان نگه دارید.



۴. وضعیت توپ فوتبال آمریکایی

در این وضعیت، نوزاد را باید بر روی یک بالش مناسب طوری قرار دهید که سر، گردن و شانه‌های او در زیر بازوی مادر قرار گیرد و توسط دستان مادر حمایت شود. مادر باید از ساعد خود برای حمایت بالا تنه نوزاد استفاده کند و پاهای نوزاد به سمت پشت مادر باشد. این وضعیت باعث می‌شود که مادر نسبت به شیردهی تسلط داشته باشد و به خوبی صورت فرزندش را ببیند. این وضعیت برای نوزادانی دوقلو، نوزادان نارس و مادرانی که سینه‌های بزرگ دارند مناسب است.



۵. وضعیت به بغل درازکشیده

در این روش مادر باید به پهلو دراز بکشد و برای راحتی بیشتر یک بالش را پشت کمر و بین زانوهایش قرار دهد. نوزاد باید رو به مادر قرار گیرد، یک بالش کوچک را در زیر سر او قرار دهید تا دهان او در نزدیک نوک سینه مادر قرار گیرد.

این روش برای مادرانی که به هر دلیلی قادر به نشستن نیستند، مانند سزارین شده، بسیار مناسب است. معمولاً نوزادان در این روش احساس راحتی بیشتری دارند، زیرا آزادی عمل آنها بیشتر است. امکان ابتلاء به درد گردن و کتف در قرار گرفتن طولانی مدت در این وضعیت برای مادر وجود دارد. شیردهی به پهلو از راحت‌ترین و مناسب‌ترین روش‌ها برای تغذیه نوزاد در هنگام شب است به شرطی که مراقب باشید تا خوابتان نبرد.



۶. وضعیت به پشت دراز کشیده بعد از عمل سزارین

در این وضعیت که بعد از سزارین استفاده می‌شود، مادر به پشت دراز کشیده و نوزاد یا کودک بر روی سینه مادر قرار می‌گیرد و با بازوهای مادر نگه داشته می‌شود، بدون آن که در ناحیه شکم مادر ایجاد فشار یا وزن داشته باشد و به زخم‌های مادر فشار وارد شود. این وضعیت در شرایط خوابیده به بغل هم امکان‌پذیر است.

۷. وضعیت نشسته مستقیم یا روش کوآلا

در این روش، شما کودک را در وضعیت نشسته قرار داده، به صورتی که سر و گردن کودک در یک راستا باشد و کودک سینه مادر را بگیرد. این روش برای نوزدان هم می تواند مورد استفاده باشد اما در خصوص کودکانی که قادر به نشستن هستند کاربرد بیشتری دارد. این روش به خصوص در مورد کودکان یا نوزادانی که ریفلکس (بازگشت غذا به دهان) دارند و یا کودکانی که شلی عضلانی در ناحیه دهان دارند، می تواند بسیار کمک کننده باشد.



۸. وضعیت شیردهی آویزان

در این روش کودک را به پشت خوابانده و از چهار طرف او را نگه می دارید و مادر سینه خود را به صورت آویزان وارد دهان کودک می کند و یا در حالت خوابیده به پهلو بلند شده و سینه خود را به سمت صورت کودک آویزان می کند. در این روش شما به یک بالش نیاز دارید که زیر دست خود گذاشته تا به پشتتان در هنگام شیردهی فشار نیاید. این روش به تنهایی یک وضعیت برای شیردهی محسوب نمی شود و بهتر است با روش های گفته شده قبلی ترکیب شود.



۹. وضعیت های مناسب برای شیردهی به دو قلوها

بهترین و مناسب ترین روش ها برای شیردهی دوقلوها، روش خوابیدن به پشت و توپ فوتبالی است. اما نکته مهم این است که باید با در اختیار داشتن یک بالش بزرگ مناسب، هر دو نوزاد را در وضعیتی قرار دهید تا علاوه بر راحت بودن نوزادان، شما نیز بتوانید هر دو را به طور مؤثری حمایت کنید. برای کمک به شیردهی مادرانی که نوزادان دوقلو دارند، بالش های U شکل طراحی شده اند که بیشتر در روش توپ فوتبالی کاربرد دارند.



این وسیله به گونه ای قرار می گیرد که قعر آن (قسمت گود آن) در جلوی شکم مادر باشد و هر کدام از بازوهای آن در کنار یک پهلو مادر است. می توان هر یک از نوزادان را بر روی بازوها قرار داد و از طرف دیگر توسط دست حمایت کرد. به این ترتیب سر و دهان هر نوزاد زیر یک سینه مادر قرار می گیرد.



وضعیت های مناسب برای کودکانی که سابقه ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) دارند

لطفاً به این وضعیت ها جهت شیردهی با شیشه در کودکانی که سابقه ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) دارند توجه کنید. این وضعیت ها برای این کودکان بسیار مناسب هستند.



وضعیت صحیح غذا دادن به کودکان

به تصویر دقت کنید. هنگام شیردهی باید سر کودک روی بازوی مادر باشد تا کودک در وضعیت مناسبی شیر بخورد.



وضعیت نامناسب غذا دادن به کودکان

به تصویر دقت کنید. در این تصویر وضعیت سر و گردن کودک بسیار نامناسب است و احتمال خفگی و یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) وجود دارد.





وضعیت صحیح نشستن کودک در آغوش مادر جهت غذا دادن

به تصویر دقت کنید، سر و گردن کودک باید در راستای مستقیم باشد و کودک توسط مادر از پشت حمایت شود. این وضعیت کمک می‌کند غذا به راحتی توسط کودک بلعیده شده و احتمال خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) وجود ندارد.



وضعیت نامناسب نشستن کودک در آغوش مادر جهت غذا دادن

به تصویر دقت کنید. وضعیت کودک در آغوش مادر، وضعیت نامناسبی برای غذا دادن است که می‌تواند منجر به خفگی کودک شود.



وضعیت مناسب غذا دادن با قاشق به کودک در حالت نشسته در آغوش مادر

به تصویر دقت کنید. این نحوه نشستن مادر و توجه به سر و گردن کودک که در راستای مستقیم باشد از مواردی است که به عنوان وضعیت مناسب برای کودک محسوب می‌شود. این وضعیت کمک می‌کند غذا به راحتی توسط کودک بلعیده شده و احتمال خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) وجود ندارد.



وضعیت نامناسب غذا دادن با قاشق به کودک در حالت نشسته در آغوش مادر

به تصویر دقت کنید. وضعیت کودک در آغوش مادر، وضعیت نامناسبی برای غذا دادن با قاشق است که می‌تواند منجر به خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) در کودک شود.



وضعیت مناسب دیگر غذا دادن به کودک با قاشق در حالت نشسته در آغوش مادر

به تصویر دقت کنید. این نحوه‌ی نشستن مادر و توجه به سر و گردن کودک که در راستای مستقیم باشد از مواردی است که به عنوان وضعیت مناسب برای کودک محسوب می‌شود. این وضعیت کمک می‌کند غذا به راحتی توسط کودک بلعیده شده و احتمال خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) وجود ندارد.



وضعیت نامناسب دیگر برای غذا دادن به کودک با قاشق در حالت نشسته در آغوش مادر

به تصویر دقت کنید. وضعیت کودک در آغوش مادر، وضعیت نامناسبی برای غذا دادن با قاشق است که می‌تواند منجر به خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) در کودک شود.



وضعیت مناسب غذا دادن به کودک در حالت نشسته پشت میز با قاشق

به تصویر دقت کنید. همان طور که در تصویر می‌بینید باید کودک دقیقاً پشت میز قرار بگیرد و اگر میز بلند بود زیر پایی برای کودک قرار دهید تا بتواند در شرایطی که سر و گردن کودک در راستای مستقیم است پشت میز بنشیند و با قاشق به او غذا دهید. این وضعیت کمک می‌کند غذا به راحتی توسط کودک بلعیده شده و احتمال خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) وجود ندارد.



وضعیت نامناسب غذا دادن به کودک در حالت نشسته پشت میز با قاشق

به تصویر دقت کنید. وضعیت کودک بر روی صندلی، وضعیت نامناسبی برای غذا دادن با قاشق است. در این وضعیت کودک ثبات لازم برای نشستن بر روی صندلی را ندارد و هر لحظه ممکن است غذا در گلوئی کودک بیفتد و منجر به خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) در کودک شود.

وضعیت مناسب غذا دادن به کودک در حالت ایستاده با قاشق

به تصویر دقت کنید. اگر بخواهید به کودک در حالت ایستاده غذا دهید باید رو به روی او قرار گیرید تا به اندازه کافی نسبت به وضعیت سر، گردن و دهان کودک آگاه باشید و کودک در این وضعیت مناسب بتواند غذا را به راحتی بلعیده و دچار خفگی نشود.



وضعیت نامناسب غذا دادن به کودک در حالت ایستاده با قاشق

به تصویر دقت کنید. مادر در مقابل کودک قرار نگرفته و بالاتراز سر و گردن کودک قرار دارد و هر لحظه ممکن است غذا در گلوی کودک بیفتد و منجر به خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) در کودک شود.



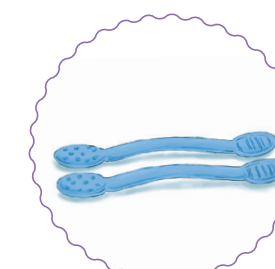


وسایل کمکی جهت تغذیه کودکان

انواع لیوان ها



انواع قاشق ها



قاشق ها، لیوان ها و ظروف غذایی جهت تغذیه آسان تر برای کودکان بسیار کمک کننده است. لطفاً به تصاویر دقت کنید و در صورت نیاز این لوازم کمکی را برای کودکان تهیه کنید.



توصیه کلی (۱)

موقع غذا دادن به کودکان و شیردادن به او به هنگام استفاده از شیشه با دست چانه کودک را حمایت کنید و توجه داشته باشید که کودک در حالت مستقیم و سرو گردن در یک راستا نشسته باشد. این باعث می شود که غذا وارد مسیر راه هوایی کودک نشده و از خفگی های احتمالی جلوگیری می کند.



توصیه کلی (۲)

وضعیت نادرست



توصیه کلی (۳)

وضعیت درست

در کودکانی که سابقه ریفلکس (بازگشت غذا به دهان) دارند، به وضعیت خوابیدن آنها پس از غذا خوردن حتماً توجه کنید و مطمئن باشید در وضعیت دمرو یا به یک طرف خوابیده باشند. بهترین وضعیت به پشت خوابیدن کودک است که به باز بودن راه هوایی کودک کمک می کند.





انتشارات اندیشه ماندگار

۰۲۵-۳۷۷۴۲۱۴۲-۳۷۷۳۶۱۶۵

ISBN 622700720-X

