



بسته توانبخشی خانواده-محور

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



فهرست

- مقدمه ۴
سخنی با والدین ۵
راهنمای مراحل رشد ۶

راهنمای مداخلات خانواده

رشد پیش زبانی ۲۳

رشد زبان ۴۱

درک شنیداری ۵۹

تلفظ صداهای گفتار ۷۷

ناروانی های گفتار و لکنت ۸۷

بلع و تغذیه ۱۰۱

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 شهریور، دکتر مرتضی فرازی، دکتر لیلا قلیچی، ابراهیم برزگر بفرئی، 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 لرنژاد، دکتر ناریا ابوالقاسمی، نغمه تشکری

تصویرسازی: شقایق وفائی، مریم قلی پور، نگار رئیسی

ناشر: اندیشه ماندگار

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۹

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۰۷-۲۰-۶

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 کامل تری ادامه می‌یابد. نقش گفتاردرمانی در مسیر شناسایی زودهنگام 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 گرمی 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 گرمی 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 (گفتاردرمانگران) 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 جدول تطبیق دهید. سپس علائم هشدار یا خطر را که زیر هر جدول آورده شده ببینید. اگر کودک این علائم هشدار را نشان می‌دهد لازم است براساس رنگ به حوزه مربوطه مراجعه کنید تا بتوانید در پیشگیری یا کاهش علائم 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 کودکشان از این بسته استفاده کنند مراجعه به گفتاردرمانی اختیاری است.

راهنمای مراحل رشد

فهرست مهارت‌های رشد پیش‌زبانی

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

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. هیچ‌گونه 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

درک و فهم زبان	صحبت کردن
معنی ۹۰۰ تا ۱۰۰۰ کلمه را می‌فهمد.	بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ کلمه بیان می‌کند.
معنی کلمه‌هایی مانند «یک»، «همه»، «بالا» و «پایین» را می‌فهمد.	نیاز به دستشویی را به صورت کلامی بیان می‌کند.
هنگامی که نام تصاویر در کتاب گفته می‌شود به آنها اشاره می‌کند.	نام کارها یا چیزهای درخواستی خود را می‌گوید.
از دستورات ساده پیروی می‌کند.	به پرسش‌های ساده پاسخ می‌دهد.
از گوش دادن به داستان‌های کوتاه، آوازها و شعرهای کودکان لذت می‌برد.	جمله‌های پرسشی دو کلمه‌ای می‌پرسد مانند «کجا مریم؟» یا «بابا کو؟»
معنی کلمه‌هایی مانند «توی»، «روی»، «زیر»، «بالای»، «جلوی» و «پشت» را می‌فهمد.	عبارت‌های ۳ تا ۴ کلمه‌ای بیان می‌کند.
اکثر پرسش‌های مربوط به محیط زندگی و کارهای محیطی را درک می‌کند.	در گفتار خود کلمه‌هایی مانند «با»، «از»، «و»، «یک» و «هیچی» به کار می‌برد.
	کلمه‌های جمع مانند بچه‌ها و مدادها را به کار می‌برد.
	افعالی مثل «می‌خورم»، «می‌پوشم»، «بده»، «برو»، «پوش»، «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 سردته 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 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 نزدیکش نیستند.	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 پاره 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
در واکنش به صداهای بلند و ناگهانی از جا می 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.
در واکنش 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 و 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 و 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.



سی ماهگی

از گوش کردن به داستان‌های آشنا و خواندن کتاب تصویری لذت می‌برد.
وقتی صدای خوشایندی می‌شنود، به دیگران می‌گوید چه چیزی شنیده است.
از شنیدن آواز لذت می‌برد.
بین «یکی» و «چندتا» تمایز قائل می‌شود.
حدود ۵۰۰ کلمه را درک می‌کند.
از دو دستور مرتبط تبعیت می‌کند، مثل «توپو بردار و بده به من».
قیدهای «تو، رو، زیر، جلوی، پشت، کنار» را درک می‌کند.
تفاوت نحوی جمله‌ها را درک می‌کند.
تفاوت زیاد میان اندازه‌ها را درک می‌کند: بزرگ، کوچک
حرف ربط «و» را درک می‌کند.
افعال متضاد را درک می‌کند: برو-بیا، بدو-وابستا، بده-بگیر، بکش-هل بده
تقریباً همه ساختارهای جمله‌ها را درک می‌کند.

سه سالگی

به دو دستور غیر مرتبط با هم پاسخ می‌دهد.
مشتاقانه به داستان گوش می‌دهد و قسمت‌های مورد علاقه‌اش را بارها و بارها درخواست می‌کند.
به سؤالات ساده «با چه کسی؟ چی؟ کجا؟» با کلمه یا ایما و اشاره جواب می‌دهد.
ملودی‌های مختلف را بازشناسی می‌کند.
حدود ۹۰۰ تا ۱۲۰۰ کلمه را درک می‌کند.
«کوچک/بزرگ» و «جلو/پشت» را درک می‌کند.
سه جزء از داستان را به خاطر می‌آورد.
سه عدد یا کلمه را حفظ کرده و بازگو می‌کند.
دستور با سه جزء شاخص را انجام می‌دهد «مثلاً توپ آبی بزرگ را بده».
مفهوم نوبت‌گیری را درک می‌کند.
به توضیح دادن «چرا و چطور» علاقه نشان می‌دهد.

چهار سالگی

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

یک سالگی

با شنیدن رعد و برق، آماده گریه کردن می‌شود.
وقتی دعوا می‌کنند، اخم می‌کند.
از شنیدن صداها و کلمه‌ها لذت می‌برد.
به دستورات ساده واکنش نشان می‌دهد.
برخی افعال حرکتی مثل «برو، بیا، بده» را درک می‌کند.
اشعار آهنگین را دوست دارد.
حدود ۵۰ کلمه را درک می‌کند.

هجده ماهگی

مهمترین یا آخرین کلمه‌ای را که می‌شنود، تکرار می‌کند.
حدود ۱۵۰ تا ۲۰۰ کلمه را درک می‌کند.
دستورات ساده را درک می‌کند.
نام خودش را می‌شناسد.
آماده درک عبارت‌های اضافی است.
تصاویر را از روی نامشان تشخیص می‌دهد.
در صورت درخواست به بینی، دهان، گوش و... خود اشاره می‌کند.
وقتی نام اشیاء برده می‌شود، آنها را نشان می‌دهد.
وقتی نام تصاویر برده می‌شود، به طور صحیح به آنها نگاه می‌کند.

دو سالگی

به صدای آگهی‌های رادیو و تلویزیون علاقه نشان می‌دهد.
به داستان‌های ساده گوش می‌دهد.
با تکان دادن سر به سؤالات بله/خیر پاسخ می‌دهد.
در واکنش به جمله «به دقیقه صبر کن» منتظر می‌ماند.
با شنیدن نام اعضای خانواده، تصویرشان را نشان می‌دهد.
دستورات با ۲ جزء شاخص را انجام می‌دهد «مثلاً توپ آبی رو بده».
حدود ۳۰۰ کلمه را درک می‌کند.
به دستورات حاوی قیدهای «تو، زیر، رو» پاسخ متفاوت می‌دهد.
ترتیب نحوی کلمه‌ها را درک می‌کند.



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.

زبانش 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.

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.

علائم هشدار رشد درک شنیداری از تولد تا ۶ سالگی

نوزاد شما نسبت به صداهای 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 وگوهای ساده را دنبال نمی کند.

به پرسش های ساده پاسخ نمی دهد.

اشعار کودکانه و داستان های آشنا را کامل نمی کند.



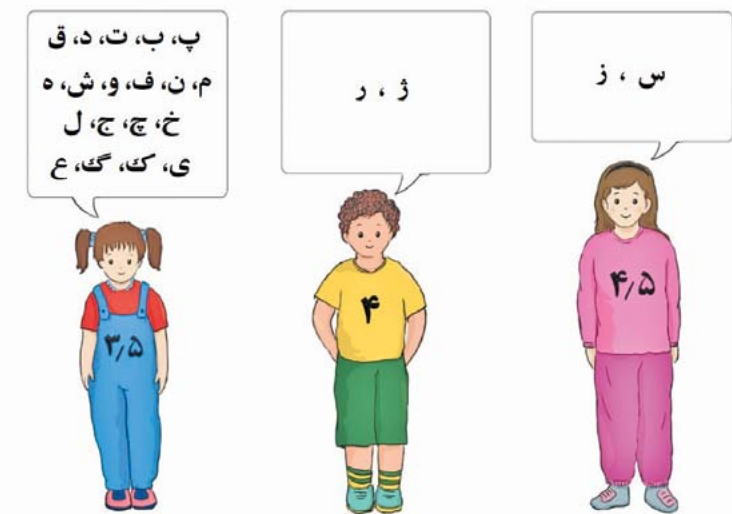
علائم هشدار برای بلع و تغذیه نوزادان و کودکان

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 برمی‌گرداند.
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 گلوی 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 قل‌قل 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.

۱۸ ماهگی
زبان موقع خوردن مایعات از فنجان از دهان بیرون نمی‌آید و در جای خودش در دهان قرار می‌گیرد.
در هنگام بلعیدن هیچ غذا یا آب دهانی از دهان بیرون نمی‌ریزد.
لب‌ها را در هنگام جویدن بسته نگه می‌دارد تا غذا بیرون نریزد.
می‌تواند غذاهای سفت را گاز بزند.
۲ سالگی
حرکات جویدن بسیار سریع شده است و غذا از یک طرف به طرف دیگر فرستاده می‌شود و در مرکز دهان باقی نمی‌ماند.
هیچ غذایی از دهان حین جویدن بیرون نمی‌ریزد.
زبان از روی لب‌های بالا و پایین غذا را پاک می‌کند.
غذا و میوه‌های خیلی سفت را گاز می‌زند.
توجه!!!
مهارت‌ها از ۲ سالگی تا ۵ سالگی بدون تغییر ادامه پیدا می‌کند.

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 گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

پایان ۶ سالگی	پایان ۵/۵ سالگی	پایان ۵ سالگی	پایان ۴ سالگی	پایان ۳/۵ سالگی
«بُرت» به جای «مُغ» به جای «مرغ»	«تار» به جای «کار»	«شاقو» به جای «چاقو»	«آیه» به جای «آره»	«بُرت» به جای «برد»
«سَت» به جای «چَخ» به جای «چرخ»	«دوش» به جای «گوش»	«ژارو» به جای «جارو»	«یُو» به جای «پرو»	«سَت» به جای «سرد»
«سَبَت» به جای «عَس / به جای «پتی» به جای «یکی»	«دریه» به جای «گریه»	«دیب» به جای «سیب»	«آیو» به جای «الو»	«سَبَت» به جای «سب»
«عکس» به جای «تو» به جای «توپ»	«پیت» به جای «پیچ»	«آبس» به جای «اسب»	«یامپ» به جای «لامپ»	«سَبَت» به جای «سب»
«بَس» به جای «تُن» به جای «تند»	«تو» به جای «توپ»	«مُلب» به جای «مُبل»	«آیان» به جای «آان»	«بَس» به جای «باز»
«پاک» به جای «پاک»	«دا» به جای «داغ»	«پوپ» به جای «سوپ»	«چتاب» به جای «کتاب»	«پاک» به جای «پارک»
«پارک» به جای «پارک»	«قطا» به جای «قطار»	«باب» به جای «باد»	«جاکت» به جای «ژاکت»	«پارک» به جای «پارک»
	«نو» به جای «نون»			

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

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

کودکانی که میان افراد خانواده شان مانند اقوام نزدیک و دور، سابقه مشکلات تلفظی مطرح بوده است.

کودکانی که والدینشان کمتر با آنها بازی چهره به چهره و کلامی دارند، کمتر برایشان کتاب میخوانند و کمتر با آنها وقت می گذرانند.

پسران در مقایسه با دختران بیشتر در معرض اختلالات صدای گفتار هستند.

کودکانی که خلق و خویی دارند که زود حواسشان پرت می شود، عصبانی یا هیجان زده می شوند و به طور کلی واکنش پذیرند.

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

اگر کودکان هر یک 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 می کند، به عنوان مثال به جای مسواک می گوید «اآ»؟

کودکتان صدای اول کلمه ها را حذف می کند، مثلاً به جای سیب می گوید «ایب».

کودکتان با وجود آن که صداهای اول کلمه ها را به کار می برد، با این حال بعضی از آنها را جا به جا تلفظ می کند، مثلاً به جای سیب می گوید «تیب».

کودکتان تعداد کمی از صداهای گفتاری را می تواند بیان کند.

کودکتان شش صدای گفتاری یا بیشتر را اشتباه تلفظ می کند.

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

کودکتان هر یک از صداهای آ، ای، او، ا، اُ، اَر، اِ را جا به جا تلفظ می کند، مثلاً به مسواک می گوید «میسواک»، یا به کلاه می گوید «کولاه».

کودکتان صدای پایانی کلمه ها را حذف می کند، مثلاً به جای توپ می گوید «تو» یا به اسب می گوید «اس».

(تعداد این حذف ها 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 «تِپُ» و بار دیگر «تِلِس» 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، ل، ی، ک، گ، ع» را تلفظ نکند.

کودکتان تا پایان چهار سالگی صداهای «ر، ز» 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؟ آیا کودکان دچار کم‌شنوایی است؟ آیا کودکان در طی ماه گذشته بیش از سه بار به عفونت گوش میانی مبتلا شده است؟	حتماً با پزشک یا متخصص شنوایی‌شناسی مشورت کنید.
آیا کودک شما نقص‌های دهانی - صورتی مانند شکاف لب و کام دارد؟ آیا حرف زدن کودک شما تودماغی است؟	به پزشک گوش و حلق و بینی، متخصص اطفال و گفتاردرمانگر مراجعه کنید.
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 صداهای 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 خانواده



خانواده گرامی

به یاد داشته باشید شما بهتر از هر کسی کودکان را می‌شناسید و در طول شبانه‌روز 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.



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.

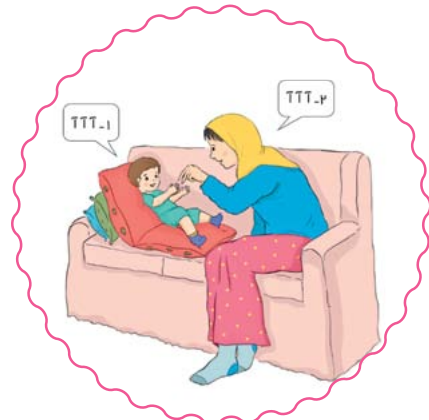


وقتی گرسنه، خسته یا ناراحت است معمولاً نگاهش را برمی گرداند، گریه می کند، اخم یا غرغر می کند. در چنین شرایطی بگذارید کودکان استراحت کند، یا به او کمک کنید تا آرام شود.

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 کند 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.

اگر کودک بعضی از مهارت های فهرست رشدی را ندارد، چگونه می توان از این بسته استفاده کرد؟

اگر رفتاری را از فهرست مهارت ها در کودکان مشاهده نکردید، به قسمت نشانه های خطر یا علائم هشدار در بخش ابتدایی این بسته مراجعه کنید. اگر هر یک از نشانه های 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 می توانید از راهکارهای این بسته هم استفاده کنید به این صورت که اگر کودکان حتی یک مورد از مهارت های 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 می کند. کودک شما در این مرحله فقط به شما و چیزهایی که اتفاق می افتد، واکنش هایی مانند گریه یا دست و پا زدن نشان می دهد یعنی هنوز نمی تواند از شما چیزی بخواهد (نگاه کنید به جدول زیر).

بیان	درک
- به محیط واکنش نشان می دهد. هنوز به طور هدفمند پیامی نمی رساند.	- معنای کلمات را درک نمی کند.
- متناسب با نیازهایش، به شیوه های مختلفی گریه می کند.	- صداهای آشنا را تشخیص می دهد.
- وقتی چیزی را نمی خواهد، چشم هایش را می بندد یا سرش را برمی گرداند.	- سرش را به سمت صدا برمی گرداند.
- با علاقه به چهره ها نگاه می کند.	- وقتی اسمش را صدا می زنید، به شما نگاه می کند و بدنش را حرکت می دهد.
- وقتی با او صحبت می کنید ساکت می شود یا لبخند می زند.	- تعداد کمی از حرکات و ایما و اشاره ها را تشخیص می دهد مانند وقتی که دستتان را برای بغل کردن جلو می برد.
- وقتی با او صحبت می کنید یا به او لبخند می زنید، صدا در می آورد و بدنش را حرکت می دهد.	- شناخت خود را از وقایع روزمره نشان می دهد، برای مثال وقتی جورابش را نشان می دهید، پایش را بالا می آورد.
- حالات چهره ای مختلفی در می آورد.	- از فعالیت ها تقلید می کند.
- به سمت صداها برمی گردد.	- صداهایی مانند آآ، اوووو، گا، مو در می آورد.
- وقتی چیزی را می خواهد بدنش را حرکت می دهد تا به آن برسد.	- غان و غون می کند مانند بابا، ماما.
- از فعالیت ها تقلید می کند.	- از صداهایی که در می آید تقلید می کند.
- صداهایی مانند آآ، اوووو، گا، مو در می آورد.	- از بازی هایی مانند دالی بازی لذت می برد.



در مورد کارهای کودکان حرف بزنید.

- با صدای بچه‌گانه با کودکان حرف بزنید.
- کودکان از تکرار حرف‌های تان لذت می‌برد. پس می‌توانید حرف‌های تان 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 می‌کنید، کودکان باید صدای شما را بشنود. هر چه بیشتر صدای شما را بشنود، بیشتر حرف می‌زند.



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

- در مورد حرکات، شکلک‌های صورت و صداهای کودکان حرف بزنید انگار که می‌خواهد با این کارهایش چیزی را به شما بفهماند.
- برای مثال وقتی تکانش می‌دهید، او می‌خندد و از خوشحالی از خودش صدا در می‌آورد، شما می‌توانید به او بگویید: «دوس داری من تکونت میدم؟» اگر چه کودکان متوجه حرف‌های شما نمی‌شود، ولی دوست دارد به آهنگ صدای شما گوش بدهد.



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



از کودکان سؤال بپرسید.



- اگرچه کودکان متوجه کلمات شما نمی‌شود، اما دوست دارد شما با او حرف بزنید.
- برای مثال، وقتی صدای پدرش را از بیرون می‌شنود، می‌توانید بپرسید: «شنیدی؟ صدای بابا بود؟»
- یا وقتی خمیازه می‌کشد، می‌توانید بپرسید: «خسته شدی؟ می‌خواهی بخوابی؟»

با کودکان بازی کنید.



- بهتر است مادر موقع بازی رو در روی کودک باشد. وسیله‌هایی 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 بتواند آنها را پرت کند، مثل پرت کردن توپ یا عروسک.

روش‌های بازی با کودک



- وقتی می‌خواهید با وسیله‌ای با کودکان بازی کنید رو به روی او بنشینید. وسیله‌ای را که می‌خواهید 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.



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 کودکشان 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 کودکشان انجام شده است.

با رفتارهای کودکشان نوبت‌گیری کنید.

- هر واکنشی را که کودکشان 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 کودکشان ایجاد کنید.

- می‌توانید از او سؤال بپرسید. مثلاً صدایی می‌آید و کودکشان سرش را برمی‌گرداند. شما از او می‌پرسید: «چی بود؟ لیوان افتاد؟» منتظر بمانید تا کودکشان واکنش نشان دهد.
- شما می‌توانید از سؤالات گزینه‌ای استفاده کنید. دو تا وسیله را به او نشان دهید و بپرسید که کدام را می‌خواهد و بعد منتظر واکنش او باشید. کودکشان 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 نگاه داشته‌اید، تا بتوانید متوجه شوید که کدام مورد علاقه او است.



- صداهای بامزه با دهانتان درآوردید 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

- کودکشان 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 کودکشان 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 درآوردید تا به آن نگاه کند.
- انواع بازی‌های کودکانه مانند دالی بازی، کولی دادن، قایم موشک و ... را با هم انجام دهید.
- هر بار که می‌خواهید این بازی‌ها را انجام دهید به کودکشان 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 ببینید 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.



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: «هاپورو ببین. هاپو میکه 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 شماست. 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 دست‌هایتان 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 بخش‌های شعر مکث کنید، مثلاً می‌گویید «تاب تاب عباسی خدا منو...» و منتظر می‌مانید تا کودک صدایی در بیاورد.
- شعرها را خیلی تند برایش نخوانید. کمی آهسته‌تر بخوانید تا یاد بگیرد.
- به هر کاری که در نوبتش انجام داد پاسخ دهید. کار کودکان حتی می‌تواند تنفس سریع‌تر 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 نمی‌کند، اما به روش‌های مختلفی مثل دراز کردن دست یا صداسازی کردن، از شما درخواست می‌کند.

مواردی که کودک ۸ تا ۱۸ ماهه می‌فهمد:

- کلمه‌های آشنا در موقعیت‌های روزمره مثل «بای بای» یا «بالا»
- اسم‌ها یا وسایل آشنا مثل شیشه شیر، توپ یا چراغ
- کلمه «نه»
- پرسش‌های ساده، برای مثال وقتی از او می‌پرسید «عروسکت کو؟»، به طرف عروسکش حرکت می‌کند و به آن نگاه می‌کند یا به آن اشاره می‌کند.
- دستورات ساده همراه با اشارات

مواردی که کودک ۸ تا ۱۲ ماهه بیان می‌کند:

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

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 علاقه اش، 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 «ا!» 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.



کودکتان را مجبور نکنید که حرف بزند!

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 می‌خواهید با کودکان ارتباط برقرار کنید باید طوری در کنارش قرار بگیرید که فاصله‌تان با او کم باشد و به راحتی بتواند صورت شما را ببیند.
- مثلاً می‌توانید 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 آسان‌ترین کار است!
- وقتی از کارها، صداها و حرکات صورت کودکان تقلید می‌کنید، او لذت می‌برد. همان کاری را که کودکان انجام می‌دهد، انجام دهید. همان چیزی را که می‌گوید، 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 می‌دهید که از شما تقلید کند.



در مورد کارهای کودکان حرف بزنید.

کودکتان در این مرحله از طریق نگاه کردن، اشاره کردن و صداهایش سعی می‌کند به شما چیزی بگوید. شما می‌توانید 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!».





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 نزدیک تر 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.



وقتی کودکان با صداسازی می‌خواهد چیزی را به شما بفهماند، با کلمه‌ها و جمله‌های ساده منظور او را بیان کنید.

مثلاً وقتی با انگشتش به سمت موتور اشاره می‌کند و می‌گوید «ا!» به او بگویید «موتور، قام قام».



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

- در مورد کارهایی که انجام می‌دهید با کودکان حرف بزنید. مثلاً وقتی بشقاب غذا را برای کودک می‌آورید بگویید «به به! می‌خوام بهت غذا بدم».
- یا این که در مورد چیزهایی که در طی روز اتفاق می‌افتد، برای کودکان حرف بزنید. مثلاً وقتی دارید دست‌هایش را می‌شوید بگویید «دستت رو می‌شورم، به به! چه تمیز شد!».



با کودکان بازی کنید.

- بهترین راه برای این که با کودکان بازی کنید، این است که هر کاری که با اسباب بازی‌هایش 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 می‌دهد، شما هم با عروسک خودتان همان کار را انجام دهید.



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: کدومو 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 پرشی



- سؤالات با کلمه‌های پرشی: 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 می‌توانند 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.



رشد پیش زبانی



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 می‌دهد صحبت کنید.



صداسازی‌های کودک را معنی دار کنید.

وقتی کودکان صداسازی‌های بدون معنی مثل «بابابابا» می‌گویند، برای معنادار کردن این صداسازی به پدر کودک اشاره کنید و بگویید «بابا». یا مثلاً وقتی می‌گویند «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 ماما 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 بینند و به آن اشاره می کند، موقع جواب دادن از همان کلمه ای استفاده کنید که همیشه می گوئید. مثلاً اگر همیشه می گوئید پشیشی، هر بار آن را تغییر ندهید، مثلاً یک دفعه نگوئید گربه، دفعه بعد بگویید پشیشی یا میو.



- از اسم چیزها به جای گفتن چیزهایی مثل «این، اون، اون ها» استفاده کنید. مثلاً اگر کودکان می خواهد توپ را بگیرد و شما توپ را به او می دهید 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 کودکان حرف می زنید، سعی کنید کلمات مهم را تکرار کنید. مثلاً اگر کودکان به شما نشان می دهد که دست هایش کثیف شده است، این طور به او بگویید: «دستت کثیف شده» و کلمه کثیف را بار دیگر موقع شستن دست هایش تکرار کنید. مثلاً بگویید دستت کثیف شده، بذار بشورمش.



به کودکان در مورد محیط اطرافش اطلاعات بیشتری بدهید.

- وقتی با کودکان حرف می زنید، معمولاً اسم چیزهای مختلف را به او می گوئید (مثلاً بستنی، توپ)، اما این به تنهایی کافی نیست. لازم است در مورد آن چیزها، اطلاعات بیشتری به کودکان بدهید.

مثلاً در مورد توپش می توانید چیزهای مختلفی به او بگویید:



- اسمش: توپ
 کجاست: بالای کمد، پایین پله، توی حیاط
 توپ چه جوریه: قلقلیه، گردنه، بزرگه، قرمز
 مال کیه: مال منه، مال داداشه
 باهاش چی کار می کنی: قفش 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.

رشد زبان

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 به‌کارگیری 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 به‌کارگرفتن 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 سراسر است 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.

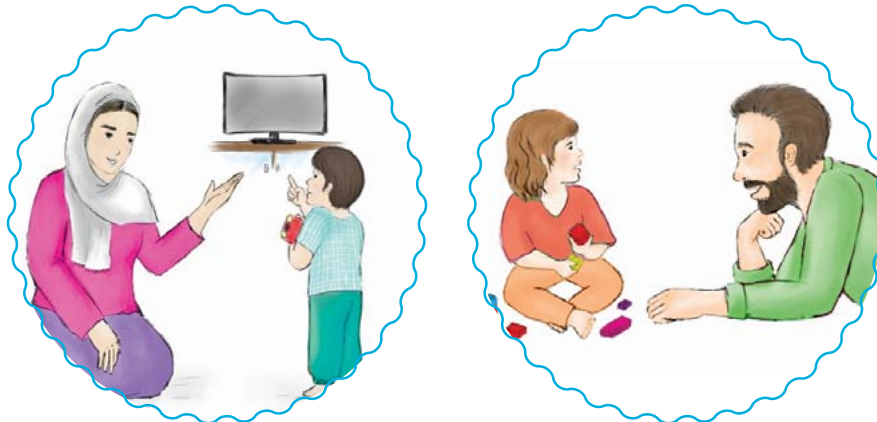
قبل از صحبت با کودک، توجه او را جلب کنید.

برای کودک، بازی کردن و هم‌زمان 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 نمی‌شود.



چهره به چهره با کودک صحبت کنید.

وقتی رو در رو و هم‌سطح 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 کودکان گوش دهید.
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 ایماء و اشاره استفاده کنید.
وقتی کودک معنی کلمه‌ای را نمی‌فهمد، شما در حین بیان آن کلمه، از حرکات چهره، ایماء، 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، ایماء و اشاره به فهماندن گفتار کمک می‌کند.



کلمه‌ها، گفته‌ها و جمله‌های کودکان را تقلید و تکمیل کنید.

تقلید و تکمیل گفته‌های کودک توسط شما، به او نشان می‌دهد که گفتارش برای شما با ارزش است و بدین ترتیب تشویق می‌شود که به صحبتش ادامه دهد.



گفته‌های کودک را کامل کنید.

به گفته‌های کودک یک یا دو کلمه اضافه کنید. به این ترتیب الگوی گفتاری درست و کامل‌تری را نشان می‌دهید. همچنین بسیار واضح صحبت کنید. با این عمل به کودکان نشان می‌دهید حرفش را فهمیده‌اید. با این شیوه کودک یاد می‌گیرد که با کمی تلاش می‌تواند منظورش را بهتر منتقل کند.



کلمه‌ها و جمله‌های جدید اضافه کنید و در مورد احساس کودک صحبت کنید.

وقتی کودک با کلمه‌ها یا جمله‌های ناقص و کوتاه شروع به صحبت می‌کند شما با اضافه کردن عبارت‌ها، جمله‌ها و گفتن ایده‌های جدید کلام او را بازگویی کنید. با این کار هدف او را واضح‌تر می‌کنید. همچنین این کار درک و فهم او را از کلمه‌ها و جمله‌ها عمیق‌تر می‌کند و به او شیوه جدیدی برای حرف زدن و فکر کردن نشان می‌دهد.



جعبه، جعبه میوه ست بابا
اون چیه؟ بابا

مکان های جدید فرصت یادگیری کلمات جدید را افزایش می دهد.

کودک را به مکان های جدید ببرید و اجازه دهید چیزهای جدید و جالب را کشف کند. راجع به آن چه می بیند صحبت کنید و به پرسش های او پاسخ دهید.

در بازی به کودک خود کلمه ها را آموزش دهید.

اسامی
گریه (پیشی)، عروسک، دست، پا

افعال
خوردن، خوابیدن، نشستن

مالکیت
مال من، مال تو، مال او

کلمات مربوط به روابط اجتماعی
سلام و خداحافظی

کلمات مربوط به احساسات
خوشحال یا شاد، ناراحت یا غمگین

کلمات پرسشی
چرا؟ کجا؟ چی؟

کلمات مربوط به جنس، شکل، اندازه

کلمات مربوط به مکان ها: بالا، پایین، زیر، رو

در بازی به کودک خود جمله سازی یاد دهید.

اسم این عروسک گریه است.

گریه گوشت می خوره
گریه روی دیوار راه می ره

این گریه خوشحاله
این گریه ناراحته

بیا گریه رو بذار توی سبدش
عی تونی گریه رو بذاری زیر میز؟

این گریه رنگش قهوه ایه
دست بزن این گریه بدنش نرمه

گریه چی می خوره؟
چرا گریه غذا می خوره؟
گریه کجا زندگی می کنه؟

بین گریه پا داره
بین گریه دم داره
بین گریه چشم داره

گریه به مامانش سلام می کنه
گریه با باباش خداحافظی می کنه

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 مکت 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.



سوپ می خوری؟
سوپ خوشمزه می خوری؟
به به
سوپ خورد

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.



خیلی قشنگه،
توی نقاشی هات از رنگ های
شاد استفاده می کنی
خوشگله

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.



این سیب دختره،
سیب شیرین به به!
چه بویی داره، سیب می خواهی؟
اون سیبه



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، 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 نمی‌شود.



اما روش سؤال پرسیدن مقابل باعث می‌شود کودک کمی فکر کند.



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.



سوالاتی بپرسید 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.



کودک را وادار به حرف زدن نکنید.

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

بیا بابا سلام بده
خجالت نکش حسین آقا
دوست قدیمی منه
سلام بده

سلام علی جان بیا دست بدیم



حسین آقا، علی پسر منه
می‌خوام کم کم با شما آشنا بشه

سلام علی جان



موقعیت حل مسئله فرصت مناسبی برای یادگیری کلمات و جملات است

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



برای کودک وقت بگذارید.

وقتی کودک با شما شروع به صحبت می‌کند لحظه‌ای کار خود را کنار بگذارید و همسطح او شوید و با صمیمیت پاسخ بدهید.



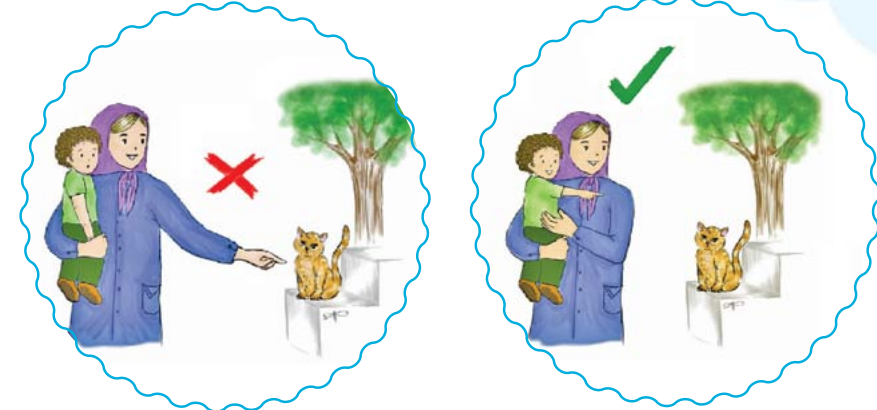
حین بازی، مکالمه و قوانین آن را آموزش دهید.

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 کرده‌اید. بازسازی اوقات صرف صبحانه و یا عصرانه زمان‌های خوبی برای آموزش و تمرین گفت و گو و مکالمه هستند.



کودک را سؤال پیچ نکنید.

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



گفته های 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 می گوید «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 کرده اید و بدون تأکید بر اشتباهش، کلمه یا جمله صحیح را به صورت الگوارائه کرده اید.



برای کودک کتاب بخوانید و قصه بگویید.

- برای کودکان در هر سنی که باشند کتاب قصه بخوانید زیرا به کودک کمک می کند تا:
- توجهش را افزایش دهد.
 - دنیای خود را بهتر بشناسد.
 - تعداد کلمه هایی که می فهمد و می گوید را افزایش دهد.
 - گفتن جمله های درست و طولانی را یاد بگیرد.
 - ترتیب و توالی بیان اتفاقات را بفهمد، حفظ کند و بیان کند.
 - بفهمد که کتاب ها جالب هستند و مطالب زیادی یاد می دهند.
 - برای یادگیری در مدرسه آماده شود.

وقتی با کودک کتاب می خوانید جای راحتی را پیدا کنید.

رو به روی هم



کودک روی پاهای شما



کودکان در هر سنی به شیوه‌ای متفاوت از کتاب لذت می‌برند.

۱. کودکان کوچک تصور می‌کنند مزه کتاب از شکل آن بهتر است! در این سن کتاب‌های پارچه‌ای و مقوایی بخريد يا بسازيد.
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 بخريد يا حتى با کمک هم یک کتاب با چسباندن تصاویر مختلف و یا کشیدن نقاشی در یک دفترچه بسازيد.

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 صدا دار 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 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 و سایر وسایل هم انجام دهید.

توجه به صداهای مداوم (۱)

جاروبرقی روشن است.
وسیله‌ای مانند جاروبرقی، چرخ گوشت یا آبمیوه‌گیری
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 نمی‌آید. این کار را چندین بار با
وسایل مختلف تکرار کنید.





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 چشم‌هایش را ببندد. یکی از وسایل را به صدا درآورید.



بازی شناسایی منبع صدا (۲)

به کودک بگویید چشم‌هایش 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 می‌کنید، 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 گویند، برای هر شخصیت داستان صدای خاصی تولید کنید که با بقیه متفاوت باشد.



صحبت با لحن های مختلف (۲)

صدای بچگانه



صحبت با لحن های مختلف (۳)

صدای نازک





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.



شناسایی صداهای مقطع و ممتد (۱)

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



شناسایی صداهای مقطع و ممتد (۲)

بوق ممتد



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 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

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 غذا خوردن، سیگار کشیدن یا آدامس جویدن با کودک صحبت نکنید. چون در این صورت نمی تواند دهان شما را در حین 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 کودکانه (۱)

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



خواندن شعر و ترانه کودکانه (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 هم سنش 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 بیبرند 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.



گوشه گیر شدن کودک به دلیل ناتوانی در بیان درست صداهای گفتار

هر چه کودک بزرگتر می شود گفته هایش برای دیگران قابل فهم تر می شود. تقریباً تا حدود ۴ سالگی اطرافیان و آشنایان باید بیشتر آن چه را که کودک می گوید متوجه شوند. گاه پیش می آید هم سالان کودکان به این دلیل که حرف های او را متوجه نمی شوند با او ارتباط برقرار نکنند. حتی ممکن است به همین دلیل کودکان گوشه گیر 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

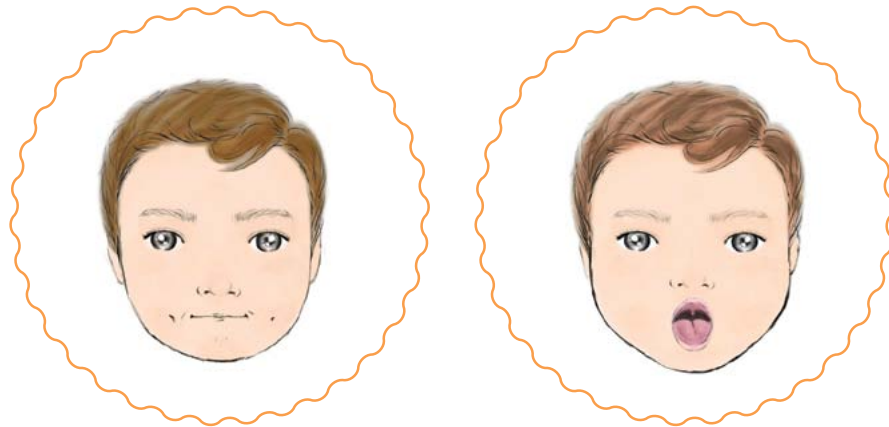
یکی از دلایل پرخاشگری و گوشه گیری این است که کودکان صداهای گفتاری را درست تلفظ نمی کند. ضمن آن که لازم است در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید در ادامه تمرین هایی آمده است که انجام آن می تواند به بهبود عملکرد اندام هایی که در تلفظ صداها گفتاری نقش دارند کمک کند.

تمرین هایی برای تقویت کارکرد عضلات لب، فک ها، و زبان

اگر کودکان در کارهایی مثل فوت کردن، سق زدن، سرفه کردن، لیسیدن لب ها، بوسیدن و بادکردن گونه ضعف دارد تمرین هایی را که در ادامه می آید با او انجام دهید. در اجرای این تمرین ها دقت داشته باشید: توجه کودک را به خود جلب کنید، هم سطح 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 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 بادکردن لپ‌ها

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



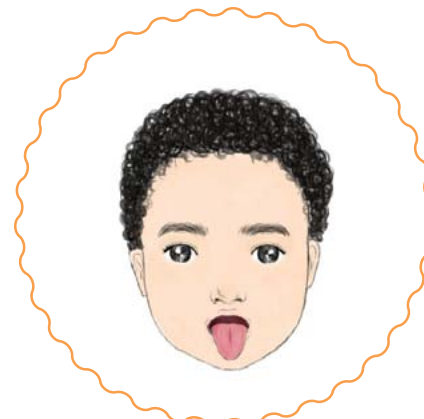
تمرین لیس زدن لب‌ها

از کودکان بخواهید مانند شما لب‌هایش 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 می‌برد سرش را به همان طرف حرکت ندهد.



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.



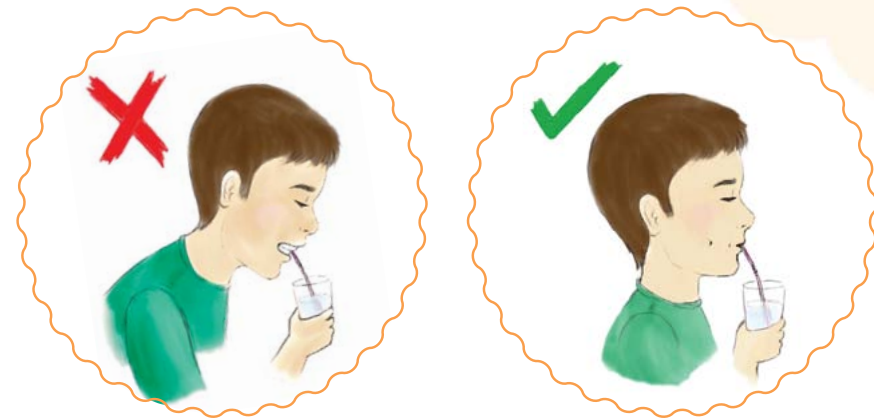
تمرین فوت کردن

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



تمرین نحوه نگاه 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.



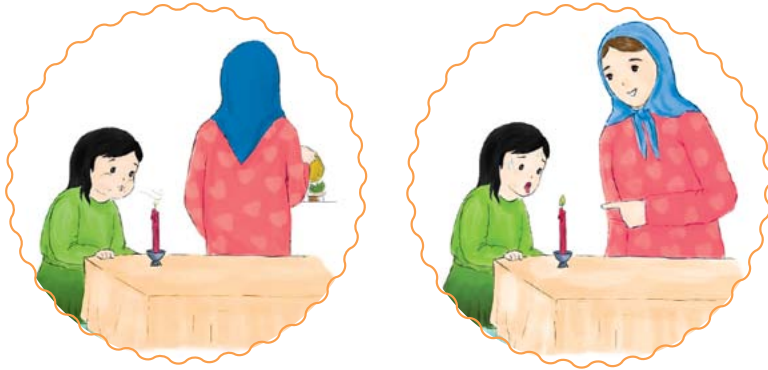
تمرین مکیدن و فوت کردن با نی

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 با نی 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 تلفظ 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 صداها را تکرار کند. در صورت حل نشدن مشکل به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

ممکن است کودکان صداها یا کلمات ساده درست تلفظ کند اما همان صدا را در کلمات طولانی تر اشتباه تلفظ کند، مثلاً /ت/ را در /توت/ درست اما در /توت فرنگی/ اشتباه تلفظ کند. در چنین مواردی از بخش کردن کلمه ها استفاده کنید. مثلاً /توت فرنگی/ را به شکل /توت + ف + ز + گ/ بگویید و از کودک بخواهید مانند شما کلمه را تکرار کند. در صورت حل نشدن مشکل به گفتاردرمانگر مراجعه کنید.

بازی صداسازی (۱)

به صداهایی که کودکان می‌گویند گوش دهید. به او لبخند بزنید و صداها را برایش تکرار کنید. بگذارید کودکان بدانند شما از صداسازی‌های او خوشحال هستید.



بازی صداسازی (۲)

از کودکان بخواهید صداهایی مانند /آ/، /آ/، /ای/ و /او/ را بیان کنند. بگذارید هنگامی که صداها را بیان می‌کنند کودکان به صورت و دهان شما نگاه کنند. سپس از او بخواهید مانند شما، حرکتی 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 پا/، /ما با ما/ را بگوید و او را تشویق کنید.



تمرین‌هایی برای قابل فهم تر 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 صداهای گفتاری مشکل تلفظی دارد، ضمن آن که لازم است در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید، برای آماده سازی کودک برای بیان درست آن صداها می‌توانید از کلمات و نام‌آواهای زیر در قالب بازی‌های آوایی استفاده کنید.

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

ناروانی‌های گفتار و لکنت

والدین گرامی

حتماً تاکنون با کلمه «لکنت» مواجه شده‌اید. اما چه قدر با این کلمه آشنا هستید؟ ما به عنوان گفتاردرمانگر، بارها با این صحنه مواجه شده‌ایم که مادری به همراه فرزندش وارد اتاق درمان می‌شود و هنگامی که درباره مشکل اصلی فرزندش از او می‌پرسیم، با کلمه لکنت مواجه می‌شویم. اما پس از برقراری ارتباط با کودک و انجام مصاحبه و ارزیابی‌های اولیه، متوجه می‌شویم که کودک دارای اختلال زبانی یا اختلال تلفظ است و والدین به اشتباه کلمه لکنت را به جای این کلمات به کار می‌برند. آگاهی از لکنت و معنای واقعی آن برای والدین امری بسیار مهم است. ما در این بخش قصد داریم شما را با تعریف ناروانی‌های 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، کشیده‌گویی آهنگین، بازگویی اصلاحی و میان پرانی صداها، مکث، یا سایر حالت‌هایی است که گاهی در گفتار طبیعی ایجاد می‌شود 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 دوره‌ای از ناروانی را در گفتار خود تجربه می‌کنند. در این حالت آنها معمولاً بخشی از کلمه یا عبارت را تکرار می‌کنند. این کار اکثراً در ابتدای جمله و معمولاً یک بار در هر جمله اتفاق می‌افتد. اصولاً تمام کلمه (من من من می رم) یا عبارت (من می خوام من می خوام من میخوام برم) را تکرار می‌کنند. آنها معمولاً از صداهای پرکننده مثل «ا»، «ام» استفاده می‌کنند و در بین صحبت‌هایشان گاهی حرفشان را ناتمام می‌گذارند. 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 ناروانی‌ها بیشتر می‌شود. همچنین ممکن است وقتی که از دیگران سؤالی می‌پرسند و یا می‌خواهند به سؤال دیگران پاسخ دهند ناروانی‌ها افزایش یابند. ناروانی طبیعی ممکن است تا مدتی مثلاً چند روز یا چند هفته ادامه پیدا کند و سپس محو شود. انتظار می‌رود 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 ناروانی‌ها 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 می‌توانند جهت ارزیابی بیشتر به آسیب شناس گفتار و زبان (گفتاردرمانی) مراجعه نمایند.



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، کاهش در تعداد تکرارها، تعداد واحدهای هر تکرار «مثلاً بی بی بی 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.

لکنت: تلاش کودک برای یادگیری صحبت کردن و استرس‌های طبیعی دوران رشد ممکن است عاملی برای شروع ناروایی غیرطبیعی یا لکنت باشد. لکنت اختلالی است که با وقفه‌های بیش از حد در جریان گفتار ظاهر می‌شود. این وقفه‌ها ممکن است به صورت تکرار، کشیده‌گویی 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).

کشیده‌گویی: کشیده‌گویی 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 می‌شود، برای رهایی از این حالت، تلاش می‌کند که حین بیان کلمات، با تولید صداها، کلمه‌ها و یا حرکت‌های اضافی (در ناحیه صورت، گردن و یا حتی دست‌ها و پاها)، آنها را با فشار بیشتری بیان کند یا با سرعت از موقعیت‌های استرس‌زا عبور کند. گاهی نیز اجتناب از صحبت کردن را بر روش‌های پیشین ترجیح می‌دهد. کودک کم سن و سالی را در نظر بگیرید که با لکنت و سختی‌های آن مواجه شود! این حالت‌ها 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 نگرش‌های منفی بیشتر خواهد شد.

ویژگی‌های ناروایی طبیعی و سطوح مختلف لکنت دوران رشد

نوع ناروایی و لکنت	علائم اصلی	رفتارهای وابسته	احساسات و نگرش‌ها
ناروایی طبیعی	۱۰ مورد یا کمتر ناروایی در ۱۰۰ کلمه؛ غالباً تکرار، میان پرانی و بازگویی	وجود ندارد	عدم آگاهی و نگرانی
لکنت مرزی	۱۱ مورد یا بیشتر ناروایی در ۱۰۰ کلمه؛ وقوع تکرار و کشیده‌گویی بیش از بازگویی و میان پرانی	وجود ندارد	غالباً ناآگاه ولی گاهی همراه با ناکامی اندک
لکنت آغازین	تکرارهای سریع و نامنظم و بروز نشانه‌های گیر	رفتارهای تلاش برای رهایی از لکنت به صورت پلک زدن و افزایش زیر و بمی و بلندی صدا	آگاهی از ناروایی با ابراز ناکامی
لکنت بینابینی	گیر (مسدود شدگی جریان هوا) توأم با تکرار و کشیده‌گویی	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 می‌دهند که خیلی دیر به آسیب‌شناس گفتار و زبان ارجاع داده شده‌اند. بعضی از عوامل نشان می‌دهند که کودک شما در معرض خطر بیشتری برای مزمن شدن لکنت قرار دارد. شما می‌توانید با مطالعه عوامل خطر، درمان را به موقع شروع کنید. در ادامه

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 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 پیا کوبیدن 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.

ناروانی طبیعی چیست؟

این کودکان در سنین بین ۱۸ ماهگی تا ۳ سالگی کلمات، بخشی از کلمات و صداها را تکرار می کنند. این کار اکثراً در ابتدای جمله و معمولاً یک بار در هر جمله اتفاق می افتد. در کودکان دارای ناروانی طبیعی کمتر دیده می شود که صداها و بخشی از کلمات را تکرار کنند. در عوض تمام کلمه (من من من می رم) یا عبارت (من می خوام، من می خوام، من می خوام برم) را تکرار می کنند. انتظار می رود که کودکان دارای ناروانی طبیعی از ناروانی خود آگاه نباشند.

دانش خود را در مورد لکنت کودکان افزایش دهید.

وقتی کودکان مبتلا به لکنت می شود، 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 می توانند نقش فعال و مؤثری در کاهش و درمان لکنت ایفا کنند.

باورهای درست و نادرست در مورد لکنت

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



ناروانی های گفتار و لکنت





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 می‌برد.



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.



لکنت می‌تواند بهبودی خود به خودی داشته باشد.

در اکثر کودکان بهبودی در ۱۲ تا ۱۸ ماه بعد از آغاز لکنت اتفاق می‌افتد. با افزایش سن و مدت زمان گذشته از آغاز لکنت احتمال بهبودی خود به خودی کاهش می‌یابد. 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 می‌دهند و این الگوی بهبودی طی زمان ادامه می‌یابد.



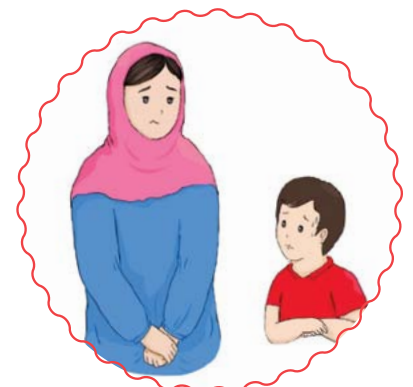
شما نقش مؤثری در کاهش و افزایش شدت لکنت کودکان دارید.

والدین معمولاً در گفتار کودک دخالت می‌کنند و درخواست‌های بیشتری از کودک دارند. این گونه رفتارها می‌تواند باعث تشدید و مزمن شدن لکنت فرزندشان شود. بهتر است والدین به گونه‌ای 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.

هرگونه نگرانی و اضطراب والدین درباره لکنت ممکن است به آسانی به کودک منعکس شده و باعث افزایش شدت لکنت کودک شود. همچنین خانواده‌ها در مورد لکنت فرزندانشان احساس گناه می‌کنند، زیرا معتقدند که یک کار اشتباهی را انجام داده‌اند که باعث شده این مشکل به وجود آید. این احساسات می‌تواند ذهن شما را مشغول کند و مانع از مشارکت فعال شما در درمان شود.





هنگام صحبت با کودک از کلمه‌ها و جمله‌های مبهم استفاده نکنید.

گاهی اوقات مکالمه والدین با کودک مبهم می‌باشد و از یک کلمه چندین بار استفاده می‌شود. برای مثال: «آن چیز را آن جا بگذار و من آن یکی را روی آن می‌گذارم»، یا «می‌تواند پهلوی آن یکی آن جا باشد». به نظر می‌رسد که روانی گفتار برخی از کودکان تحت تأثیر کلمه‌های بی‌محتوا یا کلمه‌های خاصی قرار می‌گیرد که نیاز به

جبران معنی دارند. شما باید هنگام صحبت کردن با کودکان از کلمه‌های پرمحتوا، با معنی، درست و مناسب استفاده کنید. مثلاً «من ماشین آبی‌ام 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 بیشتر می‌شود. توجهتان را کاملاً معطوف کودک کنید و سراپا گوش باشید. این کار باعث می‌شود تا فشار زمانی برای حرف زدن از روی کودک برداشته شود و با آرامش بیشتری صحبت کند.



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

بسیاری از والدین گزارش می‌کنند زمانی که با تلفن صحبت می‌کنند یا در حال گفت و گو با یک بزرگسال هستند، گفتار کودک ناروان‌تر می‌شود. بهتر است «زمان‌های سکوت» را برای وقتی که نمی‌توانید شنونده مؤثری باشید، تنظیم نمایید. فعالیت‌هایی نظیر موارد زیر می‌توانند گزینه‌های خوبی برای زمان سکوت باشند:

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

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 پشته که بیواش بیواش راه میره بیواش بیواش 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.

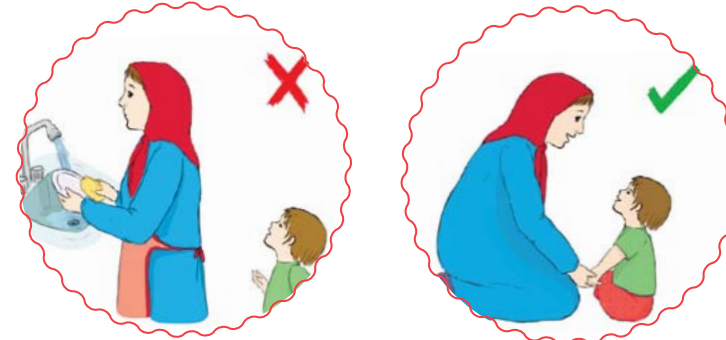
سؤال پرسیدن یک بخش عادی زندگیست ولی سعی کنید از سؤال کردن‌های در پی خودداری کنید. شما باید جایگزینی برای سؤالات خود پیدا کنید. می‌توانید به جای سؤال پیچ کردن، کارها و فعالیت‌های کودکان را توصیف کنید و در مورد آنها نظر دهید.



- اجازه دهید به کتاب‌ها نگاه کند.
- به او بگویید نقاشی کند یا بی سروصدا با اسباب بازی هایش بازی کند.

تماس چشمی مناسبی با کودکان داشته باشید.

هنگامی که با کودک در حال گفت و گو هستید، هم سطح 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 دو ثانیه‌ای 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 دو ثانیه‌ای 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 فرمول بندی جواب کند. بنابراین هر چه سؤال به جواب پیچیده‌تری نیاز داشته باشد فرمول بندی آن برای کودک دشوارتر می‌شود و احتمال 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 پردازد. 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.»



والدین می‌توانند از سؤالات بله/خیر و یا سؤالاتی که به پاسخ‌های کوتاه نیاز دارند، استفاده کنند.



والدین می‌توانند از سؤالات بله/خیر و یا سؤالاتی که به پاسخ‌های کوتاه نیاز دارند، استفاده کنند.



یک زمان مخصوص را هر روز برای کودکان اختصاص دهید.

زمان مخصوص شامل یک بازی ۱۵ تا ۲۰ دقیقه‌ای می‌باشد. 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 می‌تواند موجب تقویت روانی گفتارشان شود. والدین می‌توانند در حین زمان مخصوص از سرعت آهسته طبیعی، نوبت‌گیری، و استفاده از جمله‌های کوتاه برای تقویت روانی گفتار کودک استفاده کنند.



به کودک توجه کنید و توجه کودک را جلب کنید.

تکنیک‌هایی که می‌توانید 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، تعجب‌آور و 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.

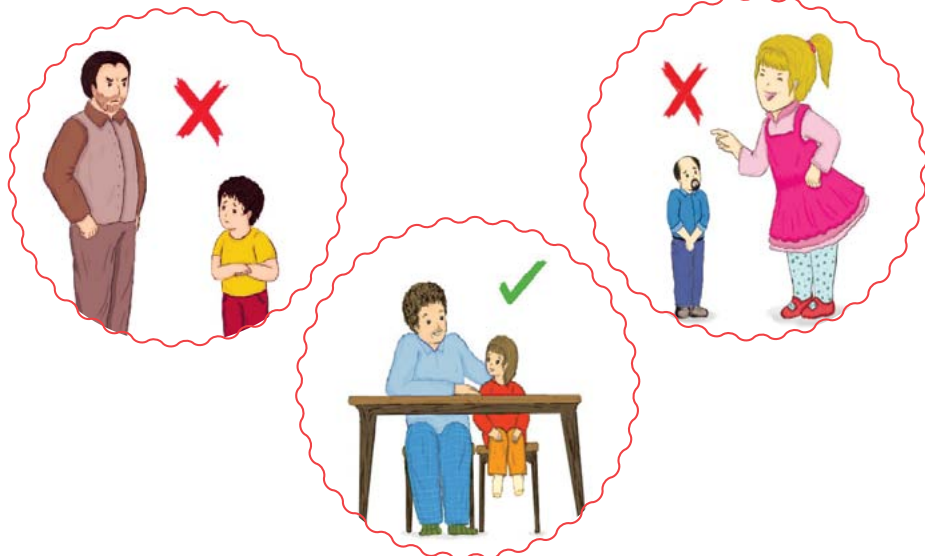
اگر شما به درستی از تقویت‌های کلامی مثبت برای کودکان استفاده کنید، می‌توانید به کاهش لکنت کمک کنید. از تکنیک‌های زیر می‌توانید برای تقویت کلامی کودکان استفاده کنید:

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، روال‌های معمول زندگی کودک را تغییر ندهید. در عوض پیشنهاد می‌شود زمان بیشتری با کودک بگذرانید، بازی‌های ساده با او انجام دهید، تعداد فعالیت‌های 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 می‌تواند به کاهش لکنت کمک کند.



اعتماد به نفس کودکان را افزایش دهید.

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

بلع و تغذیه

مادر و پدر گرامی

کتابی که پیش‌رو 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 پیش‌رو 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، پاهای خود 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 سر و گردن 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، سر و 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 در آغوش گرفتن نوزاد، اگر نوزاد از سینه راست تغذیه می‌کند باید سر و 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 دست‌ها 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 دست‌ها حمایت شود. مادر باید از ساعد خود برای حمایت بالاتنه 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.





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.

۷. وضعیت نشسته مستقیم یا رویش 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 ریفلاکس (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 L 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 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 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 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 مبینید 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 بپرد و منجر به خفگی یا ریفلاکس (بازگشت غذا به دهان) در کودک شود.



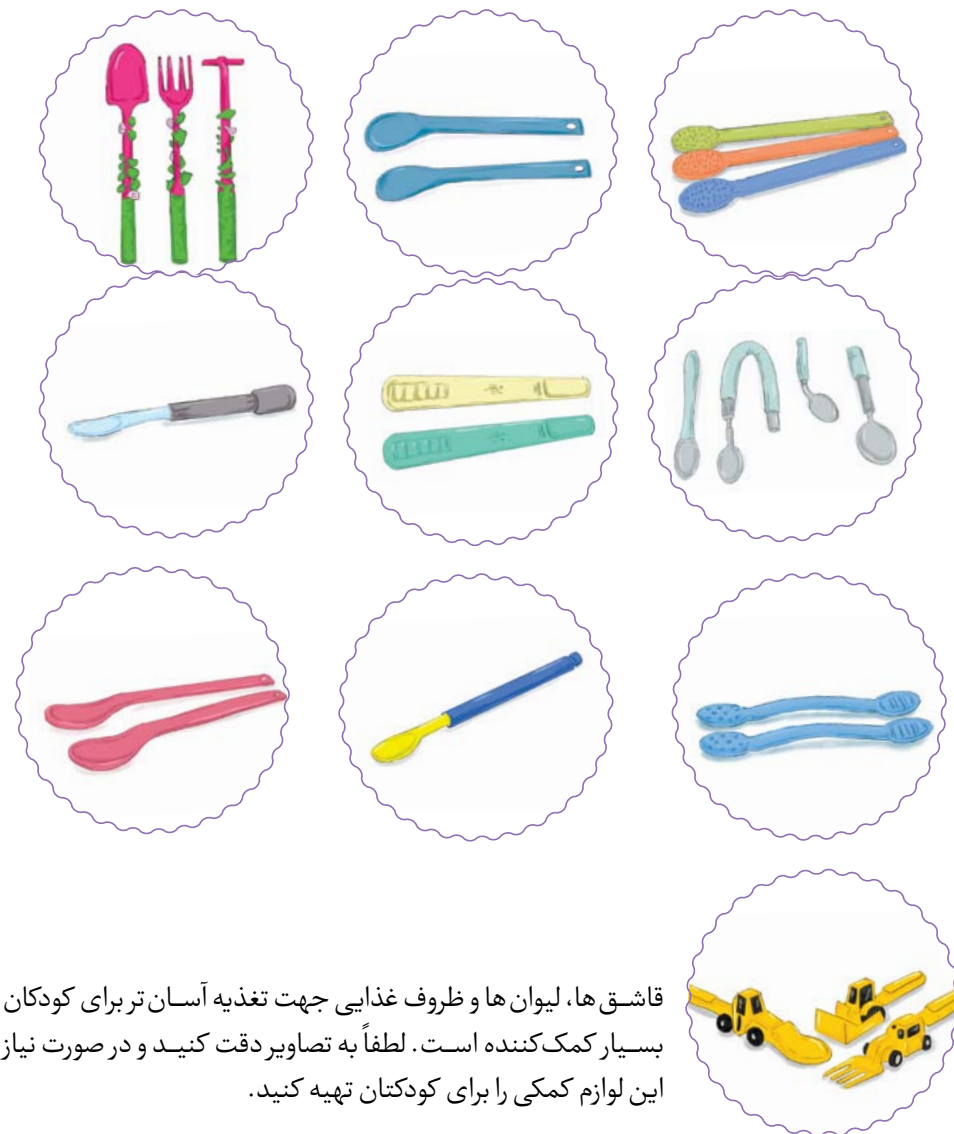
بلع و تغذیه



وسایل کمکی جهت تغذیه کودکان

انواع لیوان‌ها

انواع قاشق‌ها



قاشق‌ها، لیوان‌ها و ظروف غذایی جهت تغذیه آسان‌تر برای کودکان بسیار کمک‌کننده است. لطفاً به تصاویر دقت کنید و در صورت نیاز این لوازم کمکی را برای کودکان تهیه کنید.

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 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.



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 سر و گردن در یک راستا نشسته باشد. این باعث می‌شود که غذا وارد مسیر راه هوایی کودک نشده و از خفگی‌های احتمالی جلوگیری می‌کند.



توصیه کلی (۲)

وضعیت نادرست



توصیه کلی (۳)

وضعیت درست

در کودکانی که سابقه ریفلاکس (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 نخوابیده باشند. بهترین وضعیت به پشت خوابیدن کودک است که به باز بودن راه هوایی کودک کمک می‌کند.

