**Для Вас, родители.**

**Эффект Моцарта.**

**Вокалотерапия от заикания.**

***ЗВУКИ «МУ»***

Тайна заикания до сих пор не разгадана. Слишком мало пока знают ученые о работе головного мозга. По одной из версий, у заикающихся людей – иной тип слухового восприятия: собственную речь они слышат с некоторым опозданием. А стресс и генетическая предрасположенность служат лишь пусковым моментом недуга, но не его причиной. гормональная теория связывает заикание с избытком гормона дофамина в головном мозге. Врачи – ее сторонники прописывают заикам «антодофаминовые» лекарства, но на практике побочных эффектов от них больше, чем пользы. Иногда ребенок копирует друга-заику, так что заикание в некотором роде заразно. Способов исправления речи – около двухсот: от трав и бабушкиных заговоров до шоковой терапии. Но вокалотерапия из них, пожалуй, - самый приятный и безобидный. Чаще всего заикание проявляется в период становления речи, от двух до пяти лет. Наиболее распространенная причина – эмоциональное потрясение: к примеру, малыш обжегся, его напугала собака или кто-то ударил. А накопившееся напряжение снимает медитативный шум «ом-м-м-м». В прошлые века его использовали даосские монахи для сбора накопленной негативной энергии. Мычание, гудение (протяжный звук «у» снижает чувство страха), произношение нараспев гласных «а» и «о» помогает расслабиться. Регулярные и продолжительные распевки гласных звуков (тонирование) вызывают вибрации, стимулирующие передние доли головного мозга, выравнивает дыхание ребенка-заики, успокаивают, придают уверенность в собственных силах.

Тонирование на занятиях вокалотерапией чередуется с артикуляционной гимнастикой для мягкого неба, щек, языка, верхней и нижней челюстей. Одновременно дети разминают пальчики, потирают ладошки. Массаж ладоней, с одной стороны, действует успокаивающе, с другой – нервные окончания на пальцах связаны с участками мозга, отвечающими за речь, и их стимуляция помогает правильному произношению. После работы со звуками можно переходить к слогам, а потом – к песням. Легче всего при заикании даются слоги с резонирующими согласными и расслабляющим «у»: «зум», «ду», «ту», «тру», «лю», «му». Профессиональный дирижер Ирина Горбатюк рекомендует ученикам помогать себе жестикуляцией – звуки легче произносить в движении. Движение вообще полезно для голосовых связок.

Специалисты в области физвокала подметили взаимосвязь между состоянием мышц человека и его голосом. Если мускулатура вялая, мышцы нетренированные – голос звучит глухо, нечетко, по-старчески. И наоборот, хорошая физическая форма – союзник точного произношения и чистоты голоса.

**С ЧУВСТВОМ, ТОЛКОМ, РАССТАНОВКОЙ**

Не каждая песня лечит при заикании. Терапевтические композиции должны начинаться со слов, где под ударением стоит первая буква или первый слог. Спеть «Антошка, Антошка, пойдем копать картошку» заике будет гораздо легче «Вместе весло шагать по просторам». Открытый слог в начале слова помогает пропеть без запинки целое предложение, поэтому такие песни корректируют заикание. Особенно полезно при этом дефекте хоровое пение. В хоре голос ребенка растворяется в общем звучании, он не боится ошибиться и прекрасно распевается. Музыкальное образование для заики – лучшее лекарство. Особенно полезно петь, аккомпанируя себе на гитаре или фортепиано: сосредоточившись на игре, музыкант не зацикливается на произношении, и речь течет плавно. Оживляющая чувства вокалотерапия идет на пользу молчунам и людям, которым трудно выразить свои мысли. Долгое молчание вообще не слишком полезно для здоровья. Находясь в вынужденном покое, голосовые связки вибрируют в такт слышимым звукам: голосам болтунов, гудению бытовой техники, реву автомобилей. Один из самых приятных и полезных для человека – звук его собственного голоса, а если он еще и водит мелодичные мотивы, наступает полная релаксация. Пение усиливает вибрации голоса, в которых, как в зеркале, отражаются и нейтрализуются проблемы и душевные переживания. Поэтому вокалотерапевты советуют: ПОЙТЕ ВСЕГДА И ВЕЗДЕ!!!

***Используемая литература:***

***Л.М.Белякова «Заикание».***

***Е.А.Дьякова «Учебное пособие для студентов пединститутов по специальности «Логопедия»».***

***А.Легенчук «Психология и я» (журнал №9.2017)***