

«Комфорт Лого» - коррекция речевых расстройств методом биологически обратной связи (БОС)

Богер Т.Ю.

логопед,

МБУ РЦ «Фламинго»

г. Кемерово

Программа «Комфорт Лого» реализует метод функционального биоуправления, основанный на использовании феномена биологической обратной связи. Биоуправление – это обучение человека новой для него деятельности, новым навыкам. Ее специфичность состоит в том, что обучаются системы организма, произвольно неконтролируемые, и осуществляется это при помощи специализированных технических средств. Важнейшим преимуществом данного метода является объективность. Данная программа имеет несколько режимов: «Кардио-ФБУ», «Лого», «ЭМГ-ФБУ», «Температурное биоуправление».



Программу «Комфорт Лого» мы используем для формирования правильного диафрагмального дыхания у детей со стертой дизартрией, заиканием.

Стертая дизартрия встречается очень часто в логопедической практике. Основные жалобы при стертой дизартрии: невнятная невыразительная речь, плохая дикция, искажение и замена звуков в сложных по слоговой структуре словах и др.

Стертая дизартрия — речевая патология, проявляющаяся в расстройствах фонетического и просодического компонентов речевой функциональной системы и возникающая вследствие невыраженного микроорганического поражения головного мозга (Л.В. Лопатина).

Физиологическое дыхание детей со стертой дизартрией имеет свои особенности. Оно, как правило, поверхностное, верхнереберного типа, ритм его недостаточно устойчиво, легко нарушается при физической и эмоциональной нагрузке. Объем легких у таких детей существенно ниже возрастной нормы.

Если речевое дыхание в онтогенезе формируется у детей спонтанно по мере становления речевой функции, то у детей со стертой дизартрией, заиканием оно развивается патологически.

В процессе речевого высказывания у них отмечаются задержки дыхания, судорожные сокращения мышц диафрагмы и грудной клетки, дополнительные вдохи.

Помимо возможности появления судорожной активности в мышцах дыхательного аппарата и нарушения речевого выдоха, у таких детей отмечается недостаточный объем вдыхаемого воздуха перед началом речевого высказывания, а также укороченный и нерационально используемый речевой выдох. Произнесение отдельных слов происходит в разные фазы дыхания - как на вдохе, так и на выдохе. Важнейшие условия правильной речи - это плавный длительный выдох, четкая и ненапряженная артикуляция. Учитывая факт, что ряд речевых нарушений имеет в своей симптоматике синдром нарушения физиологического и речевого дыхания, эта работа носит комплексный характер и включает в себя «постановку» правильного физиологического и речевого дыхания.

Установлено, что наиболее правильным, удобным для речи является диафрагмально-реберное дыхание, когда вдох и выдох совершаются при участии диафрагмы и межреберных мышц. Активна нижняя, самая емкая часть легких. Верхние отделы грудной клетки, а также плечи практически остаются неподвижными.

Таким образом, на первом этапе необходимо сформировать навык общей мышечной релаксации и обучить координированному управлению мышечным напряжением. На данном этапе используем сеанс ЭМГ и ЭМГ - Джекобсон. Применение сеанса позволяет сформировать навык общей мышечной релаксации и обучить координированному управлению мышечным напряжением. Количество занятий индивидуально, в среднем 8-10 занятий.

Затем переходим непосредственно к формированию диафрагмального дыхания.

В дошкольном возрасте формирование диафрагмального дыхания необходимо проводить на начальном этапе в положении лежа. В этом положении мышцы всего тела слегка расслабляются, и диафрагмальное дыхание без дополнительных инструкций устанавливается автоматически. Ребенок находится в положении лежа. Одну руку положить на грудь, вторую на живот. Внимание ребенка обращается на то, что его живот «хорошо дышит». Можно положить на живот игрушку для привлечения внимания: «Покачаем зайчика» и т.п. Это упражнение длится в среднем 2—3 минуты. Упражнение должно выполняться без усилий, чтобы избежать гипервентиляции и повышения мышечного тонуса.

В дальнейшем для тренировки диафрагмального дыхания, его силы и длительности используют различные игровые приемы. При этом должны быть учтены следующие методические указания:

1. Дыхательные упражнения должны быть организованы таким образом, чтобы ребенок *не фиксировал внимание* на процессе вдоха и выдоха.

2. Для детей дошкольного возраста дыхательные упражнения организуются в виде игры так, чтобы ребенок *непроизвольно* мог сделать более глубокий вдох и более длительный выдох.



3. Все упражнения на тренировку речевого дыхания связаны с выполнением двух основных движений: руки из положения «в стороны» движутся «кпереди» с обхватом грудной клетки или из положения «вверх» движутся вниз. Движения корпусом, как правило, связаны с наклоном вниз или в стороны. Большинство упражнений для детей дошкольного возраста включают *выдох с произнесением согласных* (в основном щелевых) или фонацией гласных звуков, что позволяет логопеду на слух контролировать длительность и непрерывность выдоха.

Так же предлагаем использовать следующие упражнения:

Гуси Исходное положение: руки поставить на пояс. Медленно наклонить туловище вперед, не опуская голову вниз. Произнести протяжно «Г-а-а-». Принимая исходное положение, сделать вдох.

Накачать шину Детям предлагают накачать «лопнувшую шину». Дети «сжимают» перед грудью руки в кулаки, взяв воображаемую ручку «насоса». Медленный наклон вперед сопровождается выдохом на звук «с-с-с». При выпрямлении вдох происходит непроизвольно.

Воздушный шар Выполнение упражнения аналогично упражнению «Лопнула шина», но во время выдоха дети произносят звук «ф-ф-ф».

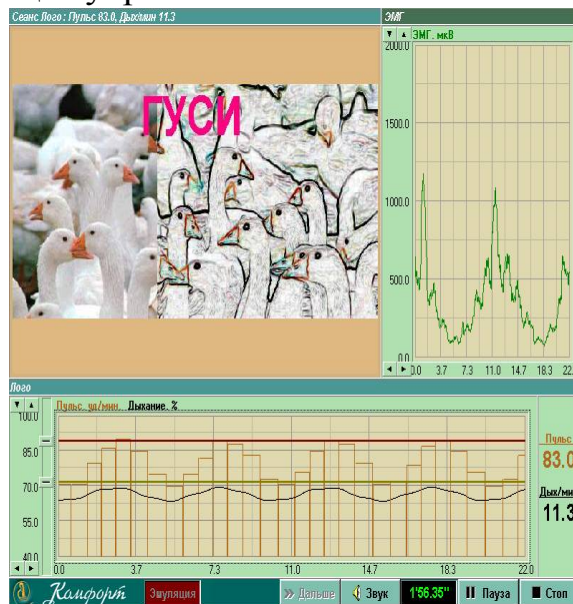
Жук жуужжит Исходное положение: руки поднять в стороны и немного отвести назад, словно крылья. Выдыхая, дети произносят «ж-ж-ж», опуская руки вниз. Занимая исходное положение, дети непроизвольно делают вдох.

Ворона Исходное положение: руки поднять через стороны вверх. Медленно опуская руки и приседая, дети произносят протяжно «К-а-а-а-р». Логопед хвалит тех «ворон», которые медленно спустились с дерева на землю. Занимая исходное положение, дети непроизвольно делают вдох.

На этом же этапе можно использовать парадоксальную гимнастику А.Н. Стрельниковой.

После проведения вышеописанных упражнений приступаем к работе на тренажере «Комфорт Лого» сеанс Дыхание, Кардио, который предназначен для обучения диафрагмальному дыханию. Проводится в среднем 8-10 занятий. Когда диафрагмальное дыхание становится более устойчивым, можно переходить к режимам «Полоса», «Слайды», «Прозрачность», где сигналом обратной связи является появление, смена, «проявление» изображений.

На третьем этапе используем тренажер «Комфорт Лого» режим Лого, содержащий стимульный материал для постановки слитного речевоспроизведения на выдохе. Алгоритм коррекционной работы заключается в последовательной отработке режимов произношения: произношение гласных звуков, слогов, слов, скороговорок. Задача обучающегося на выдохе



воспроизводить заданный материал, который включает в себя ряд режимов, предназначенных для поэтапного формирования навыков диафрагмального дыхания.



Далее переходим к режиму «Чтение», который предназначен для поэтапного формирования навыков фонации, речевого дыхания, дикции и эмоционально окрашенной речи без избыточных психофизиологических усилий. В режиме «Чтение» обучаемому предъявляется текст, разбитый на блоки (фразы). Задача ребенка – на выдохе произносить эти фразы. Режим «Речь»

используется для адаптации новых динамических стереотипов дыхания, голосообразования, психоэмоционального и речевого поведения в окружающей социальной среде. Обратная связь в этом режиме отсутствует. Для этого режима выбирается набор слайдов. Ребенок разговаривает с логопедом на заданную тему. Количество занятий индивидуально.

По данной программе проведена работа с контрольной группой из 10 детей по формированию диафрагмального дыхания. Из них 7 детей со стертой дизартрией, 2 ребенка с мозжечковой дизартрией, 1 ребенок с заиканием. В ходе диагностики у всех детей выявлено: высокий коэффициент соотношения длительности вдоха и выдоха, асинхронность дыхательного и сердечного ритмов, высокие показатели частоты дыхания (количество дыхательных движений в минуту). По итогам проведенной работы у всех детей наблюдается синхронность изменения значений пульса и дыхательного цикла, снижение количества дыхательных движений в минуту и пульса. Таким образом, программа «Комфорт Лого» позволяет обучить и закрепить навык диафрагмального дыхания.