

بابا



## مقدمه

سال‌های ابتدای کودکی زیربنایی برای کل زندگی فرد است. اگر به نیازها و حیطه‌های تکاملی کودکان در این دوران پاسخ مناسبی داده شود، کودکانی سالم‌تر، با قدرت تفکر و تعقل بیشتر و مهارت‌های عاطفی و اجتماعی بهتری خواهیم داشت. زبان، گفتار، بلع و ارتباط از مهم‌ترین حیطه‌های تکاملی است. زبان موهبت الهی برای برقراری عالی‌ترین رابطه انسان‌ها با یکدیگر است، رشد و تکامل زبان از دوران جنینی با شنیدن صدای مادر شروع شده و پس از تولد به نحو کامل‌تری ادامه می‌یابد. نقش گفتاردرمانی در مسیرشناسایی 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

## بسته توانبخشی خانواده - محور تلفظ صداهای گفتار

به سفارش: دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس - وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با همکاری دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی  
نویسندگان: دکتر فریبا یادگاری، دکتر اکبر داروئی، دکتر طلیعه ظریفیان، دکتر عطیه اشتری، نیره مهدی پور شه‌ریور، دکتر مرتضی فرازی، دکتر لیلا قلیچی، ابراهیم برزگر بفرئی، مینا فتوحی، مامک جولایی، عطیه قزوینی، گلنوش گل محمدی، زهرا آفارسولی، دکتر مریم ترامشلو، سیدشهاب‌الدین 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: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۰۷-۴۵-۹

## سخنی با والدین

### والدین و مراقبان گرمای کودکان سرزمین عزیزمان ایران

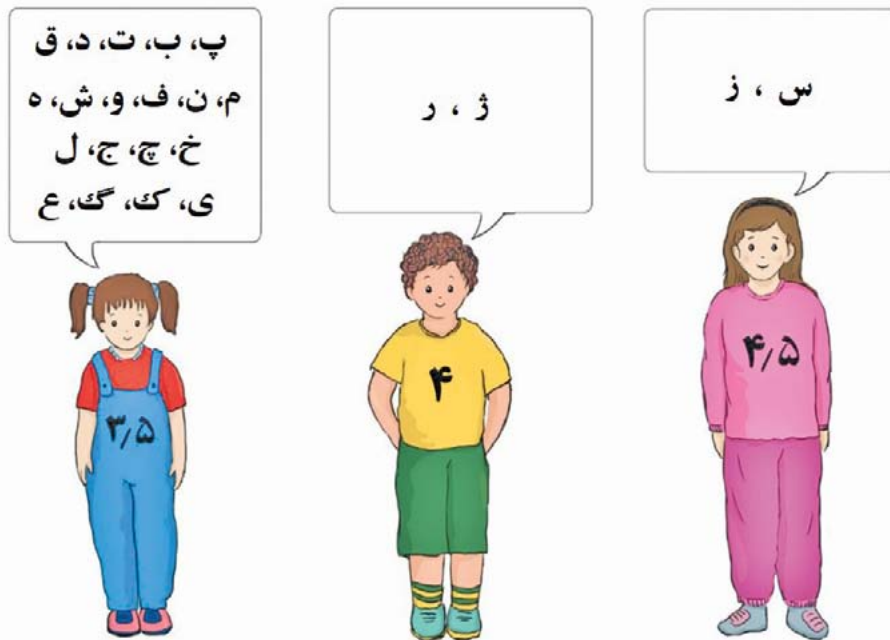
این بسته برای استفاده شما طراحی شده است. برقراری ارتباط و رساندن پیام جزو حقوق اساسی هر انسان است. یکی از بهترین ابزارهای برقراری ارتباط، زبان کلامی است یعنی ما با استفاده از کلمه ها و جمله ها می توانیم نیازهایمان را اعلام کنیم و منظورمان، افکار و عقایدمان را به دیگران برسانیم و منظور و عقاید دیگران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

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

علایم هشدار یا خطر را که زیر هر جدول آورده شده ببینید. اگر کودک این علایم هشدار را نشان می دهد لازم است براساس رنگ به حوزه مربوطه مراجعه کنید تا بتوانید در پیشگیری یا کاهش علایم کمک کنید. به خاطر داشته باشید که این بسته جانشین متخصص گفتاردرمانی نیست و فقط به شکل تکمیلی و در کنار مشورت کردن یا مراجعه به متخصص گفتاردرمانی می تواند کمک کند. البته برای خانواده هایی که کودک طبیعی دارند و فقط می خواهند برای ارتقاء و تقویت مهارت های ارتباط، زبان، گفتار و بلع کودکان از این بسته استفاده کنند مراجعه به گفتاردرمانی اختیاری است.

### راهنمای رشد تلفظ صداهای گفتاری در کودکان

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



## علایم هشدار برای تلفظ صداهای گفتاری

**بخش اول:** در جدول زیر، مثال‌هایی 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 می‌شود گفتار کودکان واضح نباشد. پس اگر در هر سن، دیدید هر یک از خطاهای زیر را بیشتر از چهار بار بیان می‌کند، 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 «برغ»	«تار» به جای «کار»	«شاقو» به جای «چاقو»	«آیه» به جای «آره»	«بُرد»
«سُت» به جای «جُخ» به جای «سُرد»	«دوش» به جای «گوش»	«ژارو» به جای «جارو»	«بُیو» به جای «بُرو»	«سُت» به جای «سُرد»
«سَبِت» به جای «عَس» به جای «سَبَد»	«دَرِیه» به جای «گَرِیه»	«پیت» به جای «پیچ»	«اَبو» به جای «الو»	«سُت» به جای «سُرد»
«بَس» به جای «تُن» به جای «تند»	«پتی» به جای «یکی»	«اَبس» به جای «اَسب»	«یامپ» به جای «لامپ»	«سُت» به جای «سُرد»
«باز»	«تو» به جای «توپ»	«مُلب» به جای «مُبل»	«اَیان» به جای «آلان»	«سُت» به جای «سُرد»
«پاک» به جای «پارک»	«دا» به جای «داغ»	«پوپ» به جای «سوپ»	«کتاب»	«سُت» به جای «سُرد»
«نو» به جای «نون»	«قطا» به جای «قطار»	«باب» به جای «باد»	«جاکت» به جای «ژاکت»	«سُت» به جای «سُرد»

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

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

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

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

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

کودکانی که خلق و خویی دارند که زود حواسشان پرت می‌شود، عصبانی یا هیجان زده می‌شوند و به طور کلی واکنش پذیرترند.

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

### اگر کودکان 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 می‌کند، به عنوان مثال به جای مسواک می‌گوید «اآ»؟

کودکتان صدای اول کلمه‌ها را حذف می‌کند، مثلاً به جای سیب می‌گوید «ایب».



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

کودکتان تعداد کمی از صداهای گفتاری را می‌تواند بیان کند.

کودکتان شش صدای گفتاری یا بیشتر را اشتباه تلفظ می‌کند.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



## تلفظ صداهای گفتار

### 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 دخترخاله اش که هم‌سنش است مثل بلبل حرف می‌زند؟» در نبود یک سری علت مانند شکاف کام و کم‌شنوایی و مشکلات هوشی، چرایی این موضوع تفاوت‌های فردی است. بعضی از کودکان ممکن است دیرتر از سایر هم‌سالانشان در برخی مهارت‌ها به رسش (پختگی) در حرکت اندام‌های گفتار یا مهارت‌های زبانی برسند. برخی از کودکان نیز ممکن است در شرایطی به سر ببرند که احتمال بروز خطاهای گفتاری برایشان بیشتر باشد. ما تعدادی از این نشانه‌های خطر را در جدولی در ابتدای بسته گذاشته‌ایم. هدفمان از آوردن این نشانه‌ها این است که بگوییم مثلاً اگر فرزندان زیاد سرما می‌خورد (بیش از سه بار در یک ماه) این یک علامت هشدار دهنده است که حواستان باشد ممکن است در آینده در معرض اشکالاتی در تلفظ صداهای گفتاری قرار بگیرد پس باید مراقب باشید و در صورت بروز مشکل ضمن رجوع به توصیه‌های این کتاب به متخصصان مانند گفتار درمانگر، متخصص اطفال مراجعه کنید تا اقدامات لازم را به شما گوشزد کنند.

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 هم سن 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 هم سن 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.



**عصبانی شدن کودک در اثر ناتوانی در بیان و تلفظ درست صداها و کلمه‌ها**

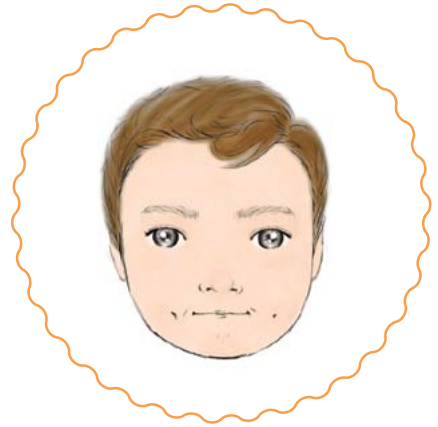
یکی از دلایل پرخاشگری و گوشه‌گیری این است که کودکان صداهای گفتاری را درست تلفظ نمی‌کند. ضمن آن که لازم است در اولین فرصت به گفتاردرمانگر مراجعه کنید در ادامه تمرین‌هایی آمده است که انجام آن می‌تواند به بهبود عملکرد اندام‌هایی که در تلفظ صداهای گفتاری نقش دارند کمک کند.

**تمرین‌هایی برای تقویت کارکرد عضلات لب، فک‌ها، و زبان**

اگر کودکان در کارهایی مثل فوت کردن، سق زدن، سرفه کردن، لیسیدن لب‌ها، بوسیدن و بادکردن گونه ضعف دارد تمرین‌هایی را که در ادامه می‌آید با او انجام دهید. در اجرای این تمرین‌ها دقت داشته باشید: توجه کودک را به خود جلب کنید، 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.



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

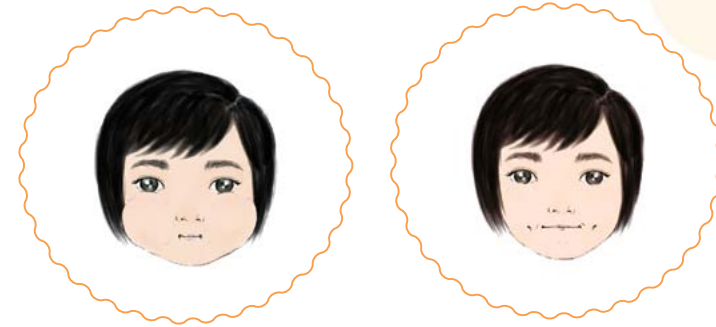
**گوشه‌گیر شدن کودک به دلیل ناتوانی در بیان درست صداهای گفتار**

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



### تمرین بادکردن لپ‌ها

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



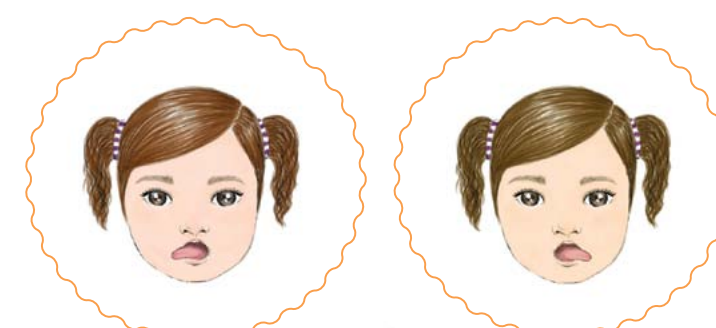
### تمرین بیرون آوردن و تو بردن زبان

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



### تمرین حرکت زبان به چپ و راست

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



### تمرین لیس زدن لب‌ها

از کودکان بخواهید مانند شما لب‌هایش را لیس 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 فوت کردن

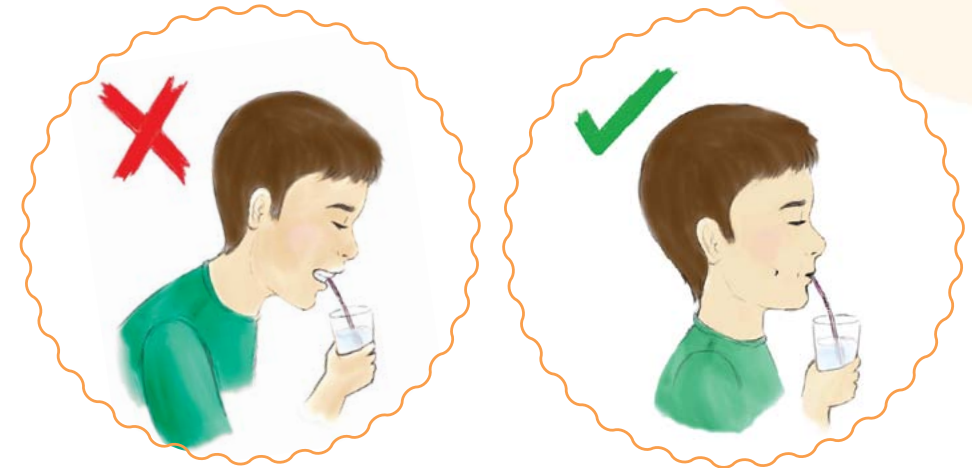
برای تقویت مهارت فوت کردن به کودکان بگویید سرش را تا حد ممکن صاف نگه دارد، لب‌هایش را ببندد و فوت کند. می‌توانید از تکه‌ای کاغذ استفاده کنید تا کودکان آن را با فوت کردن حرکت دهد. یا از او بخواهید شمعی را فوت کند. به این منظور ابتدا کاغذ یا شمع را نزدیک دهانش بگیرید. وقتی کودکان توانست فوت کند، کاغذ یا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





### تمرین نحوه نگه داشتن نی

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



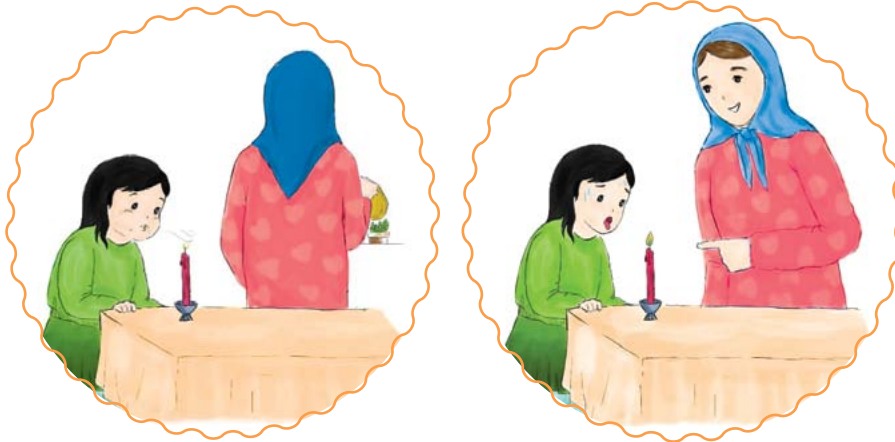
### تمرین مکیدن و فوت کردن بانی

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



### کودک بعضی از کارها را به صورت خود به خودی درست انجام می‌دهد اما طبق دستور شما نمی‌تواند انجام دهد.

اگر چنین است، ضمن این که باید به گفتاردرمانی مراجعه کنید، می‌توانید 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 می‌گوید اما طبق دستور شما نمی‌تواند بگوید.

ممکن است کودکان به شکل اتوماتیک صداها یا کلمات را درست تلفظ کند اما زمانی که از او می‌خواهید آن صدا را برای شما بگوید آن را اشتباه تلفظ می‌کند، مثلاً در تفنگ بازی صدای /کیو/ را می‌گوید اما وقتی از او بخواهید /کیو/ را برای شما تکرار کند آن را به اشتباه /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 می‌کند مثلاً /ک/ را یک بار /ک/، بار دوم /ت/ و بار دیگر /گ/ می‌گوید، 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. می‌توانید با هم جلوی آینه بروید و از او بخواهید خوب به شما نگاه کند و بعد از شما صداهای مورد نظر را تکرار کند. در صورت حل نشدن مشکل به گفتاردرمانگر مراجعه کنید. ممکن است کودکان صداهای گفتاری را در کلمات ساده درست تلفظ کند اما همان صدا را در کلمات طولانی‌تر اشتباه تلفظ کند، مثلاً /ت/ را در /توت/ درست اما در /توت‌فرنگی/ اشتباه





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

### بازی صداسازی (۱)

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



### بازی صداسازی (۲)

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



### بازی صداسازی (۳)

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



### تمرین هایی برای قابل فهم تر کردن گفتار

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





## تشویق کودک به تکمیل کردن کلمه ها و تلفظ کامل آنها

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

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

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