

**МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ ЗАИКАНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ
ВОЗРАСТЕ: ЧТО РАБОТАЕТ СЕГОДНЯ? (ЛОГОПЕДИЯ,
ПСИХОТЕРАПИЯ, ТЕХНОЛОГИИ)**

Ташкентский международный университет Кимё
Магистрант факультета специальной педагогики,
дефектологии, логопедии

Абдухалимова Муниса Абдурашидовна

***Аннотация:** Заикание является достаточно распространённым нарушением речевой функции, которое может оказывать глубокое влияние на психологическое и социальное развитие подростков. Этот дефект речи препятствует свободной коммуникации, приводит к социальной тревожности, снижению самооценки, а в ряде случаев — к социальной изоляции. Именно в подростковом возрасте проблема заикания ощущается наиболее остро, так как этот период характеризуется формированием личности, появлением новых социальных ролей и необходимостью постоянного общения в учебной, бытовой и личной сферах. В последние годы наблюдается существенный прогресс в разработке современных методов коррекции заикания, которые совмещают достижения логопедии, психотерапии и информационных технологий.*

***Ключевые слова:** заикание, подростки, коррекция, логопедия, психотерапия, технологии, плавность речи, коммуникативные навыки, индивидуальный подход, психологическая поддержка.*

В основе современных логопедических подходов лежит комплексное воздействие, направленное на восстановление ровной, автоматизированной речи, исправление аномальных паттернов речевого

дыхания, голоса и артикуляции. Для подростков используются такие логопедические приёмы, как ритмизация речи, сенсомоторные упражнения, игровые методики, а также приёмы, развивающие слуховое и кинестетическое восприятие. Особое значение в логопедии придаётся формированию у подростка мотивации к постоянным тренировкам речевых навыков, ведению дневника успехов и фиксации положительной динамики. Широкое распространение получили групповые формы логопедических занятий, где подростки имеют возможность практиковать автоматизированную речь в условиях, приближённых к реальной коммуникации. В этих условиях у подростка формируется адаптация к речевым трудностям, развивается навык контроля над речью даже в эмоционально насыщенных ситуациях. Коррекционные программы часто включают элементы дыхательной гимнастики, артикуляционной гимнастики, логоритмики и специальные упражнения на выработку плавности речи. Современные логопеды всё чаще применяют индивидуальные планы коррекции, учитывая личностные особенности, мотивацию, эмоциональный фон и характер речевых нарушений у каждого отдельного подростка. Разработка таких планов позволяет значительно повысить эффективность логопедических занятий и способствует устойчивому положительному результату [1].

Работа с психоэмоциональной сферой подростка не менее важна, чем традиционные логопедические упражнения, ведь заикание, как правило, сопровождается вторичными психологическими проблемами — тревожностью, социофобией, чувством неполноценности и страхом перед коммуникацией. В последние годы популярными стали методы когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), направленные на коррекцию негативных убеждений и установок, связанных с собственной речью. КПТ помогает подросткам научиться воспринимать свои ошибки не как повод для самообвинения, а как часть естественного процесса обучения.



В ходе терапии подростки учатся справляться со страхом публичных выступлений, улучшают коммуникативные навыки и развивают уверенность в себе. Широко используются методы релаксации, дыхательные и медитативные практики, которые помогают подросткам контролировать уровень тревожности перед общением. Современные психотерапевты применяют техники визуализации, прогрессивной мышечной релаксации, а также обучают навыкам саморегуляции и стрессоустойчивости. Особое значение имеет работа с семьёй подростка, информирование родителей о правильных стратегиях поддержки, совместное участие в терапевтическом процессе. Это способствует созданию благоприятной атмосферы для восстановления плавности речи дома и снижает риск рецидивов [2].

Развитие современных технологий внесло существенные изменения в подходы к коррекции заикания. Одной из самых распространённых инноваций является применение компьютерных программ, мобильных приложений и онлайн-платформ для самостоятельных и дистанционных занятий по коррекции речи. Онлайн-платформы предоставляют подросткам доступ к интерактивным упражнениям, урокам по дыхательной гимнастике, тренировкам слухового и ритмического восприятия речи. Такие сервисы позволяют отслеживать динамику речевых изменений, получать обратную связь от специалистов и поддерживать мотивацию к занятиям. Современные голосовые анализаторы и сенсорные устройства фиксируют малейшие параметры речи, что даёт возможность максимально индивидуализировать коррекционную программу. Использование виртуальной реальности помогает формировать у подростков навык устной коммуникации в безопасной, контролируемой среде, например, имитируя урок в школе или общение с незнакомыми людьми. Важнейшим аспектом современных технологий является возможность

сочетания самостоятельных занятий с регулярными консультациями специалистов, что позволяет поддерживать постоянную корректировку и персонализацию коррекционной программы [3].

На сегодняшний день наиболее эффективной считается комплексная модель коррекции, сочетающая логопедические, психотерапевтические и технологические методы. Такой подход обеспечивает не только восстановление плавности речи, но и формирование положительного отношения к коммуникации, устранение психологических барьеров, повышение уверенности в себе и социальной активности подростка. Практика показывает, что наибольший успех достигается при тесном сотрудничестве логопеда, психотерапевта, подростка и его семьи. Разнообразие методов позволяет подобрать оптимальную стратегию для каждого конкретного случая, оценить эффективность тех или иных подходов и при необходимости скорректировать план работы. Современные подходы уделяют большое внимание развитию самостоятельности подростков, что позволяет переносить полученные речевые навыки из условий занятий в реальную жизнь. Интернационализация коррекционных программ и активное внедрение новых технологий расширяют рамки доступности помощи для подростков с заиканием, в том числе из отдалённых регионов. Важным этапом является профилактика рецидивов и поддержка подростков после завершения основного курса коррекции. Для этого применяются программы последующего сопровождения, регулярные консультации специалистов, организация групп поддержки, тренинги по развитию коммуникативных способностей. У подростков постепенно вырабатывается устойчивый навык контроля речи даже в стрессовых ситуациях, происходит интеграция новых моделей поведения в повседневную жизнь. Значительная роль принадлежит родителям и

педагогам, которые поддерживают подростка, создают условия для его дальнейшего личностного роста и успешной социальной адаптации [4].

Заключение:

В заключение следует подчеркнуть, что современные методы коррекции заикания у подростков представляют собой сочетание логопедических, психотерапевтических и технологических подходов, нацеленных на формирование устойчивых речевых навыков, преодоление психологических барьеров и successful социализацию подростков. Комплексная поддержка, индивидуализация программ, использование новых технологий, поддержка семьи и профессионалов обеспечивают максимально эффективную помощь подросткам с заиканием и способствуют их успешной адаптации в обществе.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Алимова, М. У. (2019). "Современные подходы к логопедической коррекции заикания у подростков." Логопед, 3, 12-19.
2. Бахромова, З. С. (2022). "Инновационные методы психотерапии при работе с заикающимися подростками." Психологическая практика, 8(4), 27-34.
3. Гафурова, Р. Т. (2020). "Роль современных технологий в коррекции заикания в подростковом возрасте." Детская речь, 2, 55-61.
4. Имомова, М. А. (2018). "Применение компьютерных программ в терапии заикания у подростков." Логопедия, 5(2), 88-92.
5. Каримов, Д. С. (2017). "Психологические аспекты коррекции заикания у подростков." Журнал практической психологии, 6(1), 110-117.
6. Мамратова, Н. Т. (2021). "Комплексный подход в коррекции заикания у подростков." Современная дефектология, 10(3), 44-50.
7. Назарова, С. К. (2021). "Дифференцированный подход в логопедической коррекции заикания." Логопед-практик, 7, 23-29.



8. Рахимова, Л. Р. (2022). "Технологические инновации в логопедии: коррекция заикания." Новое в дефектологии, 4(2), 15-20.
9. Тожибоева, Д. Ч. (2020). "Психокоррекционные методы работы с заикающимися подростками." Вопросы психологии, 11(5), 74-81.
10. Юсупова, Н. А. (2018). "Особенности логопедической работы с заикающимися подростками." Логопедические исследования, 12, 38-46.